



Saswitha Opleiding
voor Yoga en Wijsbegeerte

LESROOSTER 2022-2023

(#9 – 27 sept 2022)

wk.nr.	dag >	ma	di	wo	do	vr	za	zo
	tijd-zaal >		O-g M-g			O-g O-k M-g	O-g M-g	
34		22	23	24	25	26	27	28 open dag
35	aug/sept	29	30 DV-1 CV-1	31	1	2 AY-1 CP-1	3 DV-1 CV-1	4 open dag
36	september	5	6 BJ-1	7	8	9 AA-1 ZY-1 YO-1	10 BJ-1	11
37		12	13 DV-2 CV-2	14	15 S-yantra-1	16 AY-2 CP-2	17 DV-2 SB CV-2	18
38		19	20 BJ-2	21	22	23 AA-2 ZY-2 YO-2	24 BJ-2	25
39	sept/okt	26	27 DV-3 CV-3	28	29 S-yantra-2	30 AY-3	1 DV-3 W-CP CV-3	2 W-CP
40	oktober	3	4 BJ-3 CV-4	5	6 MC-1	7 AA-3 ZY-3 YO-3	8 BJ-3	9 YW-1
41		10 Yoga Nidra	11 BJ-4/DV-4 YN	12 YN	13 S-y-3 YN	14 AY-4 YN	15 DV-4 CV-4	16 Kriya Yoga
42		17 KY	18 KY	19 KY	20 KY	21 KY	22 BJ-4 CP-3	23
43		24	25	26	27	28	29	30
44	okt/nov	31	1 DV-5 CV-5	2	3	4 AY-5 CP-4	5 DV-5 CV-5	6
45	november	7	8 BJ-5	9	10 MC-2	11 AA-4 ZY-4 YO-4	12 BJ-5	13 YW-2
46		14	15 DV-6 CV-6	16	17	18 AY-6 CP-5	19 DV-6 CV-6	20
47		21	22 BJ-6	23	24 P1, P2	25 AA-5 ZY-5 YO-5	26 BJ-6	27
48	nov/dec	28	29 DV-7 CV-7	30	1	2 AY-7 CP-6	3 DV-7 CV-7	4
49	december	5	6 BJ-7	7	8 MC-3	9 AA-6 ZY-6 YO-6	10 BJ-7	11 YW-3
50		12	13 DV-8 CV-8	14	15	16 CP-7	17 DV-8 CV-8	18
51		19	20	21	22	23 AA-7 ZY-7 YO-7	24	25 Kerst
52	dec/jan	26 Kerst	27	28	29	30	31	1

Betekenis van de afkortingen:

O=ochtendgroep M=middaggroep
-g=grote zaal, -k=kleine zaal
W=themaweekend BJ,DV,CV,YA
P1=praktijkexamen 1 (DV)
P2=praktijkexamen 2 (vierdejaars)
SB=scriptiebegeleiding

Basisopleiding

BJ=basisjaar
DV=didactische vorming

Verdieping

CV=chakravidya

Specialisatie

CP=chakrapsychologie
ZY=zwangerschapsyoga

Cursussen (modules)

AA=adem en ademtherapie
AB=ayurvedische beginselen
AM=ayurvedische massage
AP=adem en prānāyāma
AY= anatomie en yoga
YK=yoga voor kinderen en jongeren
YM=yoga en meditatie
YO=yoga voor ouderen
YW=yoga en wijsbegeerte

Workshops

Adem=Yoga en adem
FZ (filosofie op zondag) = YW als
losse lesdag
ZG=Zonnegroet

Voor lestijden z.o.z

Bijscholingen

MC=masterclass yogadocenten
YB=yoga en bewegingsleer
Y-ond=yoga en ondernemerschap 3x
W-YA=weekend yoga en ayurveda
S-yantra= special: yantra schilderen
Yoga Nidra, startdatum
Kriya Yoga, startdatum

Wijzigingen voorbehouden

LESROOSTER 2022-2023

vervolg

wk.nr.	tijd-zaal >	ma	di	wo	do	vr	za	zo
		M-g	O-g M-g			O-g O-k M-g M-k	O-g M-g	
1	januari	2	3	4	5	6	7	8
2		9	10 BJ-8 CV-9	11	12 MC-4	13 AY-8 CP-8	14 BJ-8 CV-9	15 AA-vr-8
3		16 AM-1	17 DV-9	18	19	20 YO-8 ZY-8 YK-1 AB-1online	21 DV-9	22 YW-4
4		23	24 BJ-9 CV-10	25	26	27 AP-1 AY-1 CP-9	28 BJ-9 CV-10	29 AB-8
5	jan/febr	30 AM-2	31 DV-10	1	2	3 YM-1 ZY-9 YK-2 AB-2online	4 DV-10 W-CV	5 W-CV
6	februari	6	7 BJ-10 CV-11	8	9 MC-5	10 AP-2 AY-2 CP-10	11 BJ-10 CV-11	12
7		13 AM-3	14 DV-11	15	16	17 YM-2 ZY-10 YK-3 AB-3online	18 DV-11	19 YW-5
8		20	21 BJ-11 CV-12	22	23	24 AP-3 AY-3 CP-11	25 BJ-11 CV-12	26
9	feb/mrt	27	28	1	2	3	4	5
10	maart	6 AM-4	7 DV-12	8	9 MC-6	10 YM-3 ZY-11 CP-12 AB-4online	11 DV-12 W-BJ	12 W-BJ
11		13	14 BJ-12 CV-13	15	16	17 AP-4 AY-4 YK-4	18 BJ-12 CV-13	19 YW-6
12		20 AM-5	21 DV-13= P1	22	23	24 YM-4 ZY-12 CP-13 AB-5online	25 DV-13= P1	26 open dag
13	mrt/apr	27	28 BJ-13 CV-14	29	30	31 YK-5 AY-5 (YK-5)	1 BJ-13 W-YA CV-14	2 W-YA
14	april	3 AM-6	4 DV-14	5	6 MC-7	7 YM-5 P2-zy P2-zy AB-6online	8 DV-14	9 <i>Pasen</i>
15		10 <i>Pasen</i>	11 BJ-14 CV-15	12	13	14 AP-5 AY-6 CP-14	15 BJ-14 CV-15	16 Adem
16		17 AM-7	18 DV-15	19	20	21 YM-6 ZY-13 YK-j-6	22 DV-15	23 ZG
17		24	25	26	27 <i>Kon-dag</i>	28 AP-6	29	30
18	mei	1	2	3	4	5	6	7
19		8	9 BJ-15 CV-16	10	11	12 AP-7 AY-7 YK-j-7 AB-7online	13 BJ-15 CV-16	14 YW-7
20		15 AM-8	16 DV-16	17	18 <i>H-vaart</i>	19 YM-7	20 DV-16	21
21		22	23 BJ-16 CV-17	24	25	26 AP-8 ZY-14 YK-j-8	27 BJ-16 CV-17	28 <i>Pinksteren</i>
22	mei/jun	29 <i>Pinksteren</i>	30	31	1 P2-cp	2 YM-8 P2-cp P2-cp P2-cp	3 AB-8 W-DV	4 W-DV
23	juni	5	6 BJ-17 CV-18	7	8	9 AY-8 ZY-15 P2-div	10 BJ-17 CV-18	11 open dag
24		12	13 DV-17	14	15	16 CP-15	17 DV-17	20
25		19	20	21	22	23 ZY-16	24	25 dipl-uitr.
26	jun/jul	26	27	28	29	30	1	2

Lestijden:

BJ, DV: 10.00-15.30 u

CV: 16.00-21.00 u

W-BJ, W-DV, W-CV, W-CP:

za 12.00-zo 17.00 u

ZY: 10.00-15.00 u

lange lesdag **ZY**: 9.00-15.30 u

CP: 16.00-20.30 u

AA: 10.00-15.00 u

laatste lesdag **AA**: 11.00-17.00 u

AB online: 15.30-19.30 u (koken v.a. 13.30 u)

laatste lesdag **AB**: 10.30-16.30 u

AM: 16.00-20.00 u

laatste lesdag **AM**: 11.00-17.00 u

W-YA: za 14.00-zo 16.00 u

AP, AY, YM: 10.00-15.00 u

laatste lesdag **AP**: 9.00-15.00 u

laatste lesdag **AY**: 9.30-15.30 u

YK, YO: 16.00-21.00 u

lange lesdag **YK**: 13.00-19.00 u

lange lesdag **YM**: 11.00-17.00 u

lange lesdag **YO**: 9.45-15.45 u

laatste lesdag **YW**: 9.30-17.00 u

MC: 10.30-15.00 u

SB: 16.00-18.00 u

S-yantra: 10.00-15.00 u

S-yoga nidra: 17.00-21.00 u

S-kriya yoga: 10.00-17.00 u

workshop ZG: 11.00-17.00 u

workshop Adem: 11.00-17.00 u

open dag: 11.00-14.00 u

diploma-uitreiking: 15.00-18.00 u