

OVER ONS

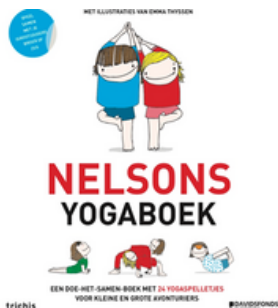
Vzw Kreakatau (in 2000 opgericht door bezielster **Leen Demeulenaere**, auteur van het samendoeboek **Nelsons Yogaboek**) is een yoga-expertisecentrum dat yoga in al zijn facetten toegankelijk wil maken voor mensen van alle leeftijden en achtergronden.

Wij zijn ervan overtuigd dat yoga de levenskwaliteit van ieder mens kan verbeteren, iets waar uiteindelijk ook onze hele samenleving en de planeet wel bij varen.

Vzw Kreakatau heeft in de loop der jaren ook een ruime expertise opgebouwd in het “werken” met **kwetsbare groepen**, en is om haar vernieuwende werking ter zake **erkend door de Provincie Vlaams-Brabant**, en als enige in België hiervoor door de **Yogafederatie voor Nederlandstaligen**.



De eigen activiteiten van Kreakatau worden gegeven en/of begeleid door Leen (auteur Nelsons Yogaboek) en het fijne team van erkende yoga- en kinderyogadocenten



Yoga
Crea
Kampjes
Opleidingen
Natuurbeleving



Op een boogscheut van Leuven, in het groene natuurgebied van de Dijlevallei

VU: Vzw Kreakatau, Fr. Lintstraat 138, Leuven



VZW KREAKATAU

OP EEN BOOGSCHEUT VAN LEUVEN

Yoga om je te dienen
2023-2024

Kinderen, Jongeren, Volwassenen



YOGALESSEN

Kundalini yoga (Lotte)

Woensdag 9.30-11 u

Meer info via <https://www.mantra-amrita.com/yoga>

Hatha yoga (Carole)

Dinsdag 20.15-21.30u (Volzet)

Jaarprijs € 415 (34 lessen)

Hangmatyoga - serie van 3 lessen

Zaterdag 9.30-11.30 u

21 okt, 11 nov, 9 dec 2023

Door Valerie Nkale

Kinderyoga (voor kinderen 6-12 j) (Eva)

Zaterdag 16.30-17.30

9, 23, 30 sep, 14, 28 okt, 18 nov, 2, 16 dec (8 lessen)

Prijs: € 96

Yoga voor tieners (12-16 j) (Eva)

Zaterdag 18-19u

9, 23, 30 sep, 14, 28 okt, 18 nov, 2, 16 dec (8 lessen)

Prijs: € 96

Lessen Eva: meer info op dagdroom.be en kreakatau.be,
inschrijven via dagdroom.be

Familieyoga in Freinetschool De Zevensprong, 10.30-12.30u

19 nov 2023, 21 jan 2024, 21 april 2024

Gegeven door Leen Demeulenaere,

Prijs € 30 voor de 3 lessen

Inschrijven via Cirkus in Beweging

Opleiding Kinderyogadocent: JAARTRAJECT 2023-2024

Na 20 jaar opleidingen tot Kinderyogadocent, zowel in Nederland als in België, en mooie erkenningen (YFN, Saswitha Instituut) start Leen Demeulenaere (auteur van Nelsons Yogaboek) mogelijk voor het laatst dit fascinerende 1- tot 2-jarige traject om Kinderyogadocent te worden. Een unieke kans om deze prachtige reis mee te beleven, de reis naar je stralende innerlijke kind, mee begeleid door boeiende gastdocenten.

Deze opleiding tot Kinderyogadocent is een van de oudste en meest gedegen opleidingen voor kinderyoga van de lage landen, niet het minst door de ervaring en yoga-inzichten van Leen, die zich al een kleine 40 jaar inzet om het mooie van de yogaprincipes te vertalen naar de leef- en voelwereld van kinderen.

Op 24 september hielden we een online infomoment, waarop Leen alle vragen beantwoordde.

Je kan de video herbekijken via de homepage van kreakatau.be

Weekendformule: zaterdag en zondag van 11.00 – 20.00u

25-26/11/2023 Basismodule: stappen van Patanjali op kindermaat

13-14/1/2024 Yoga doe-verhalen en hoe ze te maken

27-28 jan Baby-, peuter-, kleuter- en familieyoga

24 – 25 feb Yoga voor jongeren en acro-yoga

23 – 24 maart Visualisaties, relaxverhalen, expressieve technieken

27 – 28 april Yoga op school en in de klas

25 – 26 mei Afrondingsmodule

Verdiepende specialisatiemodule

22 – 23 juni 2024 **Kinderyoga en traumaverwerking**

Je vindt alle info (gedetailleerde inhoud modules, gastdocenten, prijzen enz.) op www.kreakatau.be/nl/bijbscholing/en en doorklikken.

En/of stuur een mailtje naar admin@kreakatau.be of bel naar Leen: 0485 02 05 20

Opleiding erkend door de



NIEUW JAARTRAJECT CHAKRA YOGA

In september start een reeks van 15 lessen **chakra yoga**, voor iedereen van 12 tot 120 jaar... Ze worden gegeven door **Leen Demeulenaere**, die 25 jaar ervaring in chakra yoga op de teller heeft staan (en de auteur is van Nelsons Yogaboek). Chakra yoga is een wijze reis doorheen de chakra's, de seizoenen, je eigen-wijsheid - in een mix van yoga, expressieve technieken, natuurbeleving...

Op dinsdag (ong. om de 2 weken) 17-19u: 26/9, 3 en 17/10, 7 en 21/11, 5 en 19/12, 9 en 23/1, 6 en 20/2, 5 en 19/3, 16 en 30/4

Prijs voor de 15 lessen van 2u: € 300. Een belangrijk doel van Kreakatau is yoga toegankelijk te maken voor iedereen. Als de inschrijfprijs dus een te hoge drempel voor je vormt, stuur je een mailtje naar leen@kreakatau.be

Meer info op www.kreakatau.be/nl/chakrayoga/



ALLE INFO + INSCHRIJVEN

Putstraat 6, 3060 Korbeek-Dijle
admin@kreakatau.be
www.kreakatau.be

V.U.: Leen Demeulenaere/ Vzw Kreakatau
Frederik Lintstraat 138, 3000 Leuven