

## YOGA CV Liesbeth de Beurs

### Mijn levensmotto is 'Wees jezelf!'

Geboren: 1-12-1968 te Utrecht

Gediplomeerd:

Hatha yoga, chakrafilosofie docent en Vinyasa Yoga.

Mindfulness trainer en Docentenopleider.

Erkend door Vereniging Yogadocenten Nederland en Yoga Alliance(Internationaal) beide 500 uur.

### Werkzaamheden:

**2007 september-november 2009** Hathalessen gegeven bij  
Yogaschool Niyama

**2008 tot heden** Bedrijfsyoga bij Ordina

**2009 januari** Erkend docent in Hatha, Chakra, meditatie, kinder,  
zwangeren, ouderen yoga, yoga nidra en Intensieve Yoga en Yin  
yoga.

**2010 januari tot heden** Oprichting Yoga Maarssen, Directeur/  
eigenaar.

**2010 tot heden** privé consulten, fysiek, emotioneel, mentaal  
stress hantering.

**2011 februari** Santosh Puri Ashram en Ashtanga Yoga in Goa, in de  
rol reisorganisator

**2011 t/m heden** organiseren van Yoga weekenden voor Indiase  
docenten

**2011 mei** les verzorgd bij Bedrijf Pauw ( sociale werkplaats)

**2011 augustus** workshop Zwangerschap en Himalaya Traditie  
georganiseerd

**2011 november** Week van de chronische zieken les geven

**2012 februari** India groepsreis georganiseerd

**2012 31 maart** Zwangerschapsyogacongres voor docenten  
georganiseerd samen met Samsara

**2013 t/m 2017** lessen gegeven aan ouderen in de VONDEL

**2013-2014 februari** India groepsreis georganiseerd

**2013 september** Yoga op de werkvloer Equens SE

**2014 januari** introductie workshop bewustwording bij NS

**2015 februari t/m maart** groepreis georganiseerd naar Santosh  
Puri Ashram, zelf ook lesgegeven

**2015 maart** yogalessen Gemeentehuis Stichtse Vecht,  
medewerkers en burgemeester

**2015 september** gestart met het verzorgen van de Yoga

(docenten) Scholing, de eerste groep duurt tot 2019

**2015 september** Belastingdienst Utrecht Yoga op de werkvloer

**2015 december** lessen gegeven bij College Oosterlicht Nieuwegein, aan 20 leerlingen Havo /VWO

**2016 tot heden** filosofieles Bhagavad Gita geven bij Yoga Point

**2016 februari** groepsreis georganiseerd naar India

**2016 november** 2 ½ week geleefd in Santosh Puri Ashram, Scholing Bhagavad Gita en zelf les gegeven aan yogaleraars

**2017 februari** met een groep naar Santosh Puri Ashram India

**2017 maart** start van de 2<sup>e</sup> groep Intensieve Yoga Scholing, gehele verzorging van deze opleiding

**2018** School Kompas organiseren van 10 lessen aan leerkrachten, uitvoering Elsbeth Reijmers

**2018 februari** Organisator en leraar Indiareis, lesgeven in Bhagavad Gita

**2018 december en januari 2019** lessen gegeven bij College Oosterlicht Nieuwegein, aan 20 leerlingen Havo /VWO

#### **Studies:**

2004-2009 Intensieve Yogaopleiding Yoga Centrum Utrecht

2007 Indiareis met Yoga Centrum Utrecht ( Kumbha Mela, drie weken aan de voeten van leraren)

2008 februari Cursus Bhagavat Gita in Santosh Puri Ashram

2009 februari Cursus Patanjali in Santosh Puri Ashram

2009-2010 Nascholing Yoga Centrum Utrecht

2010-2011 Nascholing Yoga Centrum Utrecht.

2010 april India reis met Yoga Centrum Utrecht ( Kumbha Mela)

2010 mei tot heden Onderzoek Zwangerschapsyoga

2010 augustus (3 daagse training) Yin Yoga Sarah Powers

2010 oktober Childbirth Preparation Birth light ( Cambridge University)

2011 januari Specialisatiejaar Zwangerschapsyoga Samsara

2011 maart Zwangerschapscongres

2011 mei Ashtanga Vinyasa Primary serie 1 en 2 bij David Swenson

2011 oktober Kinderyoga Introductie ( Jip en Janneke)

2011 november Lezing ademtherapie, bijgewoond via de Vereniging van Yogadocenten

2011 zelfstudie Mindfulness volgens Tich Nath Han

2012 Mei Yoga festival Berlijn verschillende internationale workshops gevolgd

2012 juni Mataji en Mandakini Puri bij mij in huis, privé lessen

ontvangen direct vanuit de Indiase traditie.

2012 10 daagse nascholing voor leraren bij Rob Obermeijer,  
bestuderen van de Bijbel tov Yoga

2013 Congres YVN Jan Klaas van Velzen holistische Yoga therapie  
en Vederlicht Marijke Ludwig

2013 mei Berlijn Yogafestival vele workshops gevolgd van  
internationale collega's. oa Kundalini yoga, Yin yoga en satsangs  
van Swami's.

2013 juni Mataji en Ganga Puri bij mij in huis, privélessen mogen  
ontvangen vanuit de yogatraditie.

2013 juli en augustus Yoga Retreat in de Himalaya's met Mataji.

2013 september 10 daagse Yogatraining nascholing voor leraren  
bij Rob Obermeijer

2013 7-8 december 2 daagse Mindfulness retreat Frits Koster

2014 Nascholing bij Rob Obermeijer YCU

2014 juni Ayurvedische Basiskennis van dr Alaknanda Puri

2014 november 2 weken Santosh Puri Ashram , eigen scholing

2015 april Hormoonyoga workshop gevolgd

2015 mei Innerlijk kind weekend gevolgd

2016 zomer Ayurvedische scholing van dr Alaknanda

2016 zomer Sukma Vayayam serie Vitaliteit energie oefeningen.

2017 zomer kennis Ayurvedische leer dr Alaknanda

2017 november kennis Ayurvedische leer dr Alaknanda Puri in  
India

2018 februari Diploma 500 hours Alliance Yoga ontvangen van  
Santosh Puri Ashram, nav 12 jaar studie.

2018 maart Chakra's in Kleuren en klanken bij Sri Shyamji  
Bhatnagar

2018 zomer Ayurveda, Suksma Vayaam en YoGanga asana's

2018 november in Sri Lanka, Mindfulness/ Boeddhisme, leven in  
balans