

# Verdiepingsdag Rebozo-werk



**Dinsdag 23 april 2024, 10.00-19.00**

**Locatie:** Schopboshoeve, Grensstraat 36, 2580 Putte, **België**

We willen jullie graag verwelkomen voor een bijzonder mooie dag waarin Rebozo's centraal staan !



In de **voormiddag** transporteer ik jullie naar Latijns-Amerika (met focus op Mexico). Eerst bekijken we enkele video's van/met Zuid-Amerikaanse (voornamelijk Mexicaanse) traditionele vroedvrouwen die vertellen over de geschiedenis van Rebozo's en het werk ermee, en video's van een aantal variaties van Cerrada-ceremonies, zodat je een veel ruimer mentaal kader krijgt rond dit prachtige werk, en hoe wij ons in een ruimer veld van Cerrada-werk positioneren. Vervolgens ga ik je aan de hand van foto's, video's, fysieke rebozo's en heel veel passie meer leren over hoe rebozo's precies geweven worden (en de verschillen tussen open weave, close weave, deluxe rebozo's ...), hoe het (in Mexico lokaal geplukte) katoen wordt bewerkt en de draden worden gekleurd met plantmateriaal, enz.



In de **namiddag** leer ik je een set volledig nieuwe (grotendeels Mexicaanse) Rebozo technieken aan die je heel mooi in je al bestaande Closing the Bones ceremonies kan integreren of apart kan aanbieden – dit zijn technieken voor het hoofd, de armen en schouders, de benen, heupen en lage rug. Deze maken intussen ook deel uit van mijn (meer zeldzame) 7-daagse trainingsformaat (40-uur training), maar niet van het nu normale 4-daagse trainingsformaat (30-uur training). We bespreken ook hoe deze op het meridiaansysteem werken – en je krijgt Nederlandstalige handouts met alle nieuwe technieken beschreven en uitgelegd.



Ik krijg vaak de vraag of babies of kleine kinderen meegebracht kunnen worden naar dit soort opleidingsdagen. Als je je baby borstvoeding geeft, kan je hem/haar meebrengen *als* je ook een andere volwassene meebrengt die tussen voedingen door voor je baby zorg draagt (buiten de trainingsruimte). (Omdat we tijdens de namiddag veel tijd doorbrengen in duo's om technieken te oefenen, zouden babies veel neergelegd moeten worden zonder dat je hen als mama veel



aandacht kan geven tijdens langere tijdspannes. Dit leidt meestal tot irritatie en frustratie bij je baby (en jezelf) en gaat een vlotte lering voor jezelf en de groep in de weg staan – je zal merken dat je echt je aandacht bij de technieken gaat willen houden.)



### ***Trainingskost & Registraties***

€195 volle prijs, of €180 in vroegboekkorting.

*Vroegboekkorting is geldig tot 15 februari 2024.*

**Thee, koffie, water & versnaperingen zijn hierin inbegrepen, alsook de Nederlandstalige handouts.**

Een verse vegetarische soep lunch wordt met veel liefde bereid door gastvrouw Vanessa en kan voor €7 bijbesteld worden – meer info onder “Maaltijden” verderop. Bij mooi weer kunnen we onze lunch buiten eten (indien nodig in een tent om beschut te zijn van de zon), met uitzicht op de zwemvijver.

Je kan je opgeven voor deze Verdiepingsdag en je plaats reserveren door mij te mailen ([japieetkaur@shuniya-yoga.org](mailto:japieetkaur@shuniya-yoga.org)) en een voorschot van 50% te betalen (ik zal de betalingsgegevens per email naar je doorsturen); de resterende 50% moet ten laatste 3 weken voor de start van het weekend betaald worden, i.e. 1 april 2024. Als je na 1 april inschrijft, betaal je het volledige bedrag ineens om je plaats te reserveren.

***We hebben max. 14 plaatsen beschikbaar.***



## ***Annuleringen***

\* *Annuleringen tot 3 weken voor de Verdiepingsdag* – Als je moet annuleren en je kan iemand anders vinden om je plaats over te nemen, dan wordt je trainingskost terugbetaald minus 10% boekingskosten. Als je *niet* iemand anders kan vinden voor je plaats, dan wordt de initiële 50% (het voorschot) niet terugbetaald, enkel de 2de helft indien je die al betaald zou hebben. (Als ik een wachtlijst heb en iemand van de wachtlijst je plaats wil overnemen, kan ik ook de trainingskost minus 10% boekingskosten terugbetalen – ik probeer flexibel te zijn in deze gevallen).

\* *Bij latere annuleringen* (binnen 3 weken voor de start van de training), zijn *alle* kosten *niet-terugbetaalbaar*.

Als de training geannuleerd moeten worden van mijn kant, dan worden alle trainingskosten natuurlijk volledig terugbetaald.



## ***Accommodatie, maaltijden, & hoe hier te geraken.***

- ***Accommodatie***

Het is mogelijk om met je eigen tent op Schopboshoeve te kamperen aan €15 per nacht. Laat me in dit geval iets per email weten bij je registratie (of je kan me nadien ook nog mailen).

Je kan natuurlijk ook in de omliggende steden of gemeenten (Leuven, Mechelen, Heist-op-den-Berg, ...) accommodatie boeken indien je die nodig hebt voor deze dag-workshop.

- ***Maaltijden***

Vanessa – de gastvrouw op Schopboshoeve – biedt 's middags een verse (vegetarische) soep met zuurdesembrood aan als lunch – dit kan je aan €7 bijbestellen en ter plaatse betalen. Heb je andere diëtaire noden (veganistisch, glutenvrij, ...) of allergieën, contacteer haar dan even rechtstreeks via [info@schopboshoeve.be](mailto:info@schopboshoeve.be) voor alternatieven.

**Water, koffie, thee en versnaperingen tijdens de pauzes zijn inbegrepen.**

Als je blijft overnachten in je tent, kan je de keuken gebruiken om ontbijt en avondmaal te maken.



- ***Hoe hier te geraken?***

- *Per auto:* het adres is Grensstraat 36, 2580 Grasheide, Putte. Het is aangeraden om in Google maps best SCHOPBOSHOEVE in te typen i.p.v. het adres, omdat de ene kant van de straat in Vlaams-Brabant ligt en de andere kant in Antwerpen – GPS kan daardoor blijkbaar wat tegenspartelen).
- *Per openbaar vervoer:* het dichtstbijzijnde treinstation is Heist-op-den-Berg. Schopboshoeve is niet per bus bereikbaar, maar vanaf het station kan je een taxi nemen. Op vrijdagochtend (de start van de 4-daagse) kunnen we eventueel ook een carpooling pick-up aanbieden naar Schopboshoeve, maar niet op de andere ochtenden (maar je kan eventueel met een andere trainee een carpool proberen te regelen).

### ***Rebozo's***

Voor Closing the Bones werk gebruik je Mexicaanse rebozo's – ik importeer deze al heel wat jaren rechtstreeks uit diverse streken in Mexico en werk hiervoor samen met verschillende weverscoöperatieven van traditionele families waar de hele familie (3 generaties steeds) mee in dit werk betrokken is.







### ***Training Facilitator – Wie ben ik?***

Ik ben dr. Japjeet Rajbir Kaur (° in België als Nele Bemong, maar sinds 2012 gebaseerd in Leicester, Engeland). Ik behaalde mijn doctoraat in 19<sup>de</sup>-eeuwse literatuur en literatuurstudie aan de K.U.Leuven en werkte meer dan een decennium in de academische wereld (K.U.Leuven & Penn University in Philadelphia, US) voor ik in 2011 mijn academische carrière vaarwel zei en het roer volledig omsloeg. Ik begon in 2008 al yoga te geven, maar sinds 2012 werk ik voltijds als yoga leraar, holistisch therapeut, coach en trainer.



Ik ben Kundalini Yoga & Yin Yoga teacher, ik heb meer dan een decennium lang jaarlijkse vrouwenretreats en vele vrouwencirkels gerund, en mijn passie om met vrouwen te werken leidde me 9 jaar geleden tot Closing the Bones. Sinds meer dan 6 jaar ben ik ook een Closing the Bones trainer voor Engeland en Europa. Mijn passie richtte mijn focus in vele andere domeinen van mijn werk (yoga, voedingskunde, aromatherapie, kruidengeneeskunde) naar diverse en gevarieerde aspecten in het leven van vrouwen en naar ‘womb work’: ik werk veel rond vruchtbaarheidsproblemen, PCOS, endometriose, pijnlijke bloedingen, en seksueel zowel als geboortetrauma. Ik geef ook zwangerschapsyoga, postnatale yoga en baby yoga en ben een zwangerschaps- en postnatale doula. Naast Closing the Bones ceremonies en Rebozo massages geef ik ook Restauratieve massages (en train ik anderen in dit werk), en ik werk ook als gezondheids- en voedingscoach, life & yoga coach, en aromatherapeut (met mijn eigen aanbod in zelfgemaakte organische verzorgingsproducten). De voorbije 7 jaar (2017-2023), kende ThreeBestRated me hun ‘Badge of Excellence’ toe als ‘Best Business of the Year’ voor de categorie ‘Yoga Classes in Leicester’, wat getuigt van de consistente kwaliteit van mijn werk.

GHP kende me hun award toe als ‘Yoga School of the Year 2020 – Leicestershire’ en ik ontving de Central England’s Prestige Awards als ‘Yoga Studio of the Year’ 2021-2022, als ‘Yoga Specialist of the Year’ 2022-2023 én als ‘Specialist Yoga Studio of the Year’ 2023-2024. Je vindt meer info over mij op mijn website: [www.shuniya-yoga.org](http://www.shuniya-yoga.org) .