yinyangbreath

· official facilitator ·

YinYang Breath® - Ademtherapeut Opleiding

Verander je adem, verander je leven

BEN JIJ KLAAR OM VANUIT DE ADEM TE WERKEN, MET DIEPGANG, VAKMANSCHAP EN BELICHAMING?

De Yin Yang Breath ademtherapeut opleiding is de meest complete ademopleiding van Nederland & België.

Een 13 daagse reis verspreid over 4 tot 5 maanden, waar ademwerk, trauma sensitiviteit, ceremonieel vakmanschap samenkomen in een holistische benadering.

Wij bieden geen standaard ademopleiding.

Wat wij bieden is een diepe reis in adem, bewustzijn, lichaam en therapeutisch begeleiden.

Diep gedragen emotioneel lichaamswerk.

WWW.HETCOACHLOKAAL.NU

HET FUNDAMENT VAN ONZE OPLEIDING

Onze opleiding tot ademtherapeut rust op een eenvoudige maar krachtige waarheid, namelijk dat de adem een waardevolle sleutel tot verandering is. Door bewuste ademhalingsoefeningen, activeert het lichaam bewezen fysiologische mechanismen, die helpen herstellen, reguleren en spanning ontladen. Denk aan de activering van het parasympatisch zenuwstelsel, verbeterde gasuitwisseling, verlaging van stresshormonen en een toename van interoceptief bewustzijn.

De ademtherapeut staat hierin niet centraal als 'fixer', maar als een professionele begeleider die met aanwezigheid, afstemming en vakmanschap het proces ondersteunt. Dat vraagt om deskundigheid, heldere methodiek en voortdurend zelfonderzoek.

WAAROM DEZE OPLEIDING ANDERS IS DAN ALLES WAT JE TOT NU TOE HEBT GEZIEN?

De meeste ademopleidingen richten zich op 1 techniek. En hoewel techniek belangrijk is, leer je bij ons de volledige mens begeleiden, het lichaam, het zenuwstelsel, het emotionele systeem, het energetische veld én het bewustzijn.

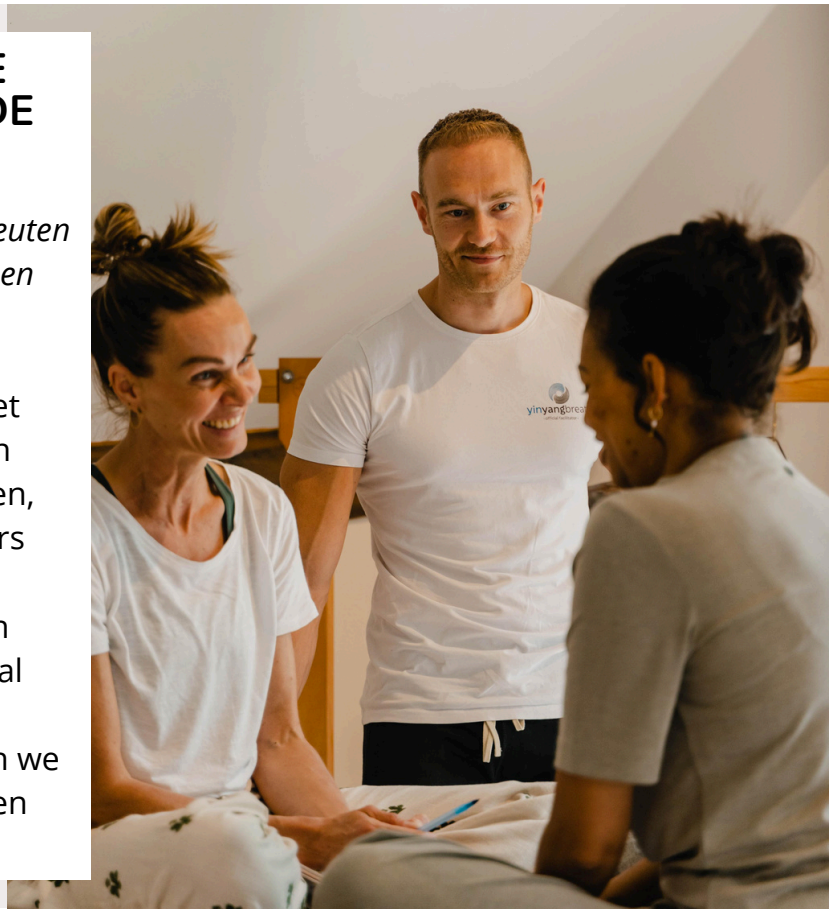
Je ontwikkelt je tot een waardevolle therapeut die niet alleen een ademtechniek aanleert, maar een veld draagt waarin heling plaatsvindt, een trauma-sensitieve facilitator, een ceremoniële begeleider met een sterk therapeutisch kompas onderlegd vanuit wetenschappelijke kennis over de fysiologie en anatomie.

Wat je leert in deze opleiding is geen verzameling aan vaardigheden, maar een initiatietraject.

WIJ HETEN JOU VAN HARTE WELKOM IN ONZE GROEIENDE COMMUNITY

Een netwerk van gelijkgestemde ademtherapeuten dat met je meegroeit, professioneel, warm en verbonden.

Wanneer je deze opleiding volgt, stap je niet alleen in een leertraject. Je stapt bij ons een gemeenschap binnen van ademtherapeuten, docenten, spaceholders en lichaamswerkers die elkaar blijven dragen, inspireren en versterken. Onze community groeit al jaren met gelijkgestemde ademtherapeuten die al jaren in het werk staan, én met veel verschillende specialisaties. Samen vormen we een netwerk waarin je mag leren, groeien en uitwisselen.



Wij bieden een sterke community & lineage. Je sluit je aan bij een groeiend veld van ademtherapeuten die samen leren en samen dragen. Velen gingen je al voor.

WAAROM KIES JE VOOR YINYANG BREATH®?

Omdat de adem meer is dan een techniek, het is een krachtveld, een taal, een bewustzijnslaag. Andere opleidingen focussen op doen. Wij leren je om te zijn en om te belichamen. Van neurofysiologie en trauma tot ceremonieel en therapeutisch werk.

Wij hebben een unieke combinatie van Yin & Yang benaderingen. Zowel zachte, regulerende ademtechnieken als diepe, transformerende sessies.

Wij werken volledig trauma sensitief & polyvagal informed. Je leert niet alleen technieken, maar het zenuwstelsel begrijpen en begeleiden.

Wij werken vanuit een holistische benadering. We verbinden anatomie, fysiologie en wetenschap met emotionele processen, lichaamswerk, energetisch bewustzijn en spiritualiteit. Zo ontstaat een leerervaring die niet alleen kennis biedt, maar ook belichaamde wijsheid.

Wij sturen op integratie van lichaam, psyche, energie en bewustzijn. Een multidimensionale opleiding die de hele mens aanspreekt, niet slechts enkele onderdelen.

Wij bieden professionele begeleiding door ervaren docenten. Met expertise in ademwerk, lichaamswerk, trauma, ceremonieel werk én praktijkvoering. Je leert niet slechts 1 waarheid van 1 docent, maar wij bieden een fijn team aan professionals.

DIT IS WAT JE KRIJGT ZODRA JE INSTROOMT

✔ Een groeiend professioneel netwerk
Je komt terecht in een community waarin je elkaar versterkt, voor doorverwijzingen, samenwerkingen, co-facilitatie, vragen en inspiratie.

✔ Uitwisseling van aanvragen
We krijgen regelmatig aanvragen binnen voor 1:1 sessies, ademsessies in bedrijven, events, retreats en groepscirkels. Wij moedigen de community aan om samen te werken! We delen deze aanvragen met de community, zodat iedereen kan groeien, zichtbaarheid krijgt en praktijkervaring opdoet.

✔ Casuïstiek overleg & supervisiemomenten
In een besloten omgeving kun je vragen stellen, casussen bespreken, sparren en ontvangen wat je nodig hebt. Je staat er nooit alleen voor.

✔ Regelmatig samen ademen (online & live)
We organiseren community breaths, verdiepingsmomenten en themasessies voor wie wil blijven groeien! Laagdrempelig, verbindend en voedend.

✔ Jaarlijkse fysieke “Adem Contact Dag”
Jaarlijks komen we live samen voor een dag vol adem, verdieping, workshops, co regulatie, inspiratie en tribe energie. Een dag om het gezamenlijke community-vuur te voelen, elkaar live te ontmoeten en ons netwerk te versterken.

✔ Een plek waar je altijd kunt terugkomen
Na afronding ben jij een waardevolle schakel in ons netwerk. De opleiding stopt niet wanneer je je certificaat ontvangt, je blijft deel van onze lineage. Een ademtherapeut die verbonden is met een stevige achterban werkt veiliger, zelfverzekerder, beter ondersteund, beter geïnformeerd. Kortom de waardevolle kennis die je in de opleiding leert komt impactvoller tot zijn recht wanneer er een ondersteunend team achter jou staat. De kracht van ademwerk zit niet alleen in de techniek, maar in de gemeenschap die eromheen ademt, elkaar draagt en versterkt.

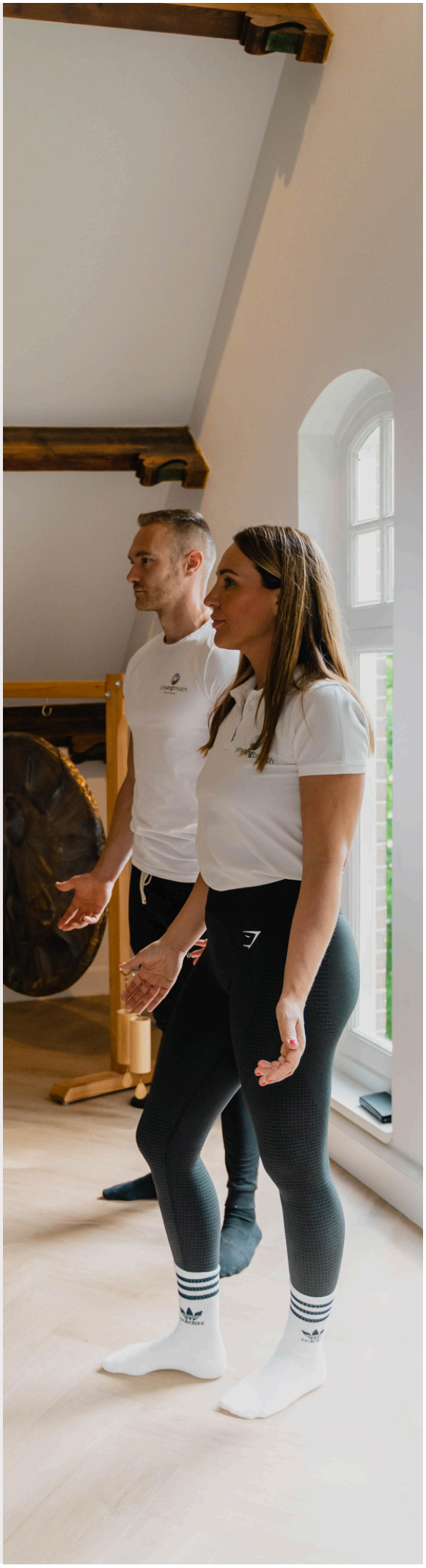
WAT JE LEERT TIJDENS DEZE OPLEIDING

✔️ Adem en bewustzijn - Jouw kern als ademtherapeut

- Professioneel begeleiden in meerdere ademtechnieken
- Professioneel begeleiden van de verbonden adem
- Diep gedragen emotioneel lichaamswerk
- Je leert het analyseren van adempatronen en begeleiden vanuit afstemming
- Je ontwikkelt een diep begrip van de psychologie van de adem
- Dimensional Breath®, reizen door verschillende bewustzijnslagen
- Je leert werken op fysieke, mentale, emotionele én spirituele lagen tegelijk.

✔️ Neurofysiologie, polyvagaal & trauma

- Je ontwikkelt een helder, praktisch begrip van het zenuwstelsel: hoe de nervus vagus, stressrespons en verschillende regulatiestaten samenwerken.
- Je leert signalen van spanning, overprikkeling en freeze herkennen en cliënten begeleiden op een manier die veilig, afgestemd en traumasensitief is.
- We werken met technieken zoals grounding, titratie en pendulatie, zachte interventies die helpen om het systeem te reguleren zonder overweldiging.
- Je leert hoe je iemand ondersteunt wanneer er meer emotie, spanning of onrust bovenkomt, en hoe je daarbij je eigen aanwezigheid, rust en zelf beheersing inzet. Het uitgangspunt is niet “fixen”, maar veiligheid en afstemming te bieden vanuit respect voor de grenzen van het lichaam en zenuwstelsel.



✔️ Snijzaal UMC

- We bieden als één van de weinige aanbieders in ademtherapie opleidingen een unieke gelegenheid om van binnenuit te zien welke spieren en organen betrokken zijn bij onze ademhaling en hoe dat allemaal samenhangt.
- We bestuderen het middenrif en de ademhaling, inclusief de fasciale verbindingen met omliggende weefsels zoals de core-stabilisatoren en de borst-/buikorganen. Ook wordt de klinische relevantie hiervan besproken en is er voldoende ruimte om vragen te stellen.
- We gaan verder dan alleen het middenrif en de ademhaling. We bieden ook de unieke gelegenheid om meer te leren over twee belangrijke zenuwen: De nervus vagus en de nervus phrenicus.

✔️ Lichaamswerk & Touch

- Je leert voelen, volgen en begeleiden zonder te forceren, aanraking als regulerend instrument.
- Werken met drukpunten, De-armouring (faciale unwinding) & Present Touch technieken
- Psoas Release en werken met trauma in het bekkengebied
- Visceraal Release; ontspanning van organen/weefsels in de buik

✔ Ceremonieel Werk

Een uniek onderdeel van Yin Yang Breath®

- Je leert een safe space te openen en sluiten
- Werken met rituelen, energie en groepsenergie
- Sound, stem en frequentie inzetten, afgestemd op het energetisch veld
- Ceremonieel ademwerk faciliteren (1:1 en in groepen). Dit maakt jouw werk dieper, veiliger en transformerender
- Holding without fixing (het geheim van echte veiligheid). Leer een energetisch veld dragen met volledige aanwezigheid en aandacht

YinYang Breath® - Ademtherapeut Opleiding

Verander je adem, verander je leven

✔ Praktische Professionalisering

- Veiligheidskaders & contra-indicaties; medische/psychische red flags, medicatie
- Intakegesprekken voeren, dossiers bijhouden, samenwerken met zorgprofessionals
- Professionele praktijk: je leert op een therapeutisch ethische manier werken en een gezonde praktijk opbouwen. samenwerken met (huis)arts/therapeuten

✔ Toetsing & Certificering

- Practicum uren, supervisie, intervisie
- Casuïstiek + live assessment (veiligheid, interventiekeuze, integratie)
- Certificering bij aantoonbare competentie, aanwezigheid van alle lesdagen en ingeleverde opdrachten

yinyangbreath
· official facilitator ·

✔ Dimensional Breath®

Uniek in Nederland!

Wij zijn de eerste Nederlandse opleider die Dimensional Breath® heeft geïntroduceerd.

Je leert hoe je deze krachtige modaliteit inzet voor multidimensionaal reizen door verschillende lagen van het bewustzijn.

Jouw cliënten maken een diepgaande, helende reis, begeleid door op maat geschreven regressie scripts en speciaal gecomponeerde muziek.

Onze muziekstukken en scripts zijn ongeëvenaard en van wereldklasse.

Het volgen van de YinYang Ice®

Dit onderdeel is een optionele keuze aan het einde van deze 13 daagse opleiding

Tijdens deze tweedaagse masterclass leer je hoe je op een professionele en veilige manier koude training kunt begeleiden en integreren in je coachingspraktijk.

Koude training is meer dan een fysieke uitdaging; het is een krachtig middel om zowel lichaam als geest te versterken.

In deze masterclass ontdek je de impact van kou op het zenuwstelsel, de ademhaling en mentale weerbaarheid.

Je ontwikkelt vaardigheden om zelf ijsbadworkshops te organiseren en je cliënten effectief te begeleiden.

VOOR WIE IS DEZE OPLEIDING?

Deze opleiding is geschikt voor iedereen die:

- Professioneel ademtherapeut wil worden
- Met trauma, stress of emoties wil leren werken
- Ceremonieel werk wil verweven in therapie
- Een veilige, gedragen spaceholder wil worden
- Een solide praktijk wil opbouwen, ondersteund door een groeiende community
- Dieper wil gaan dan enkel het ervaren van ademwerk of het leren van een ademtechniek

Deze opleiding is bedoeld voor therapeuten, coaches, lichaamswerkers, yogadocenten, psychosociaal begeleiders, facilitators en iedereen die in dit werk zijn of haar roeping voelt.

WAAROM MENSEN ZICH AANGETROKKEN VOELEN TOT DEZE OPLEIDING?

Omdat dit geen opleiding is die je iets laat uitvoeren. Het is een diepgaande innerlijke reis die je een ademtherapeut met kennis, heldere aanwezigheid laat worden.

Met energetisch bewustzijn, therapeutische helderheid en vanuit belichaamde veiligheid.

Het is onze missie om van jou een ademtherapeut te maken die écht het verschil maakt.

WAT ANDEREN OVER ONS ZEGGEN:

⭐⭐⭐⭐⭐

“Ik heb eerder een ademopleiding gevolgd, maar dit kwam veruit niet in de buurt van deze diepgang. Ik voel me voor het eerst écht bekwaam om mensen te begeleiden in transformerende processen.”

⭐⭐⭐⭐⭐

“De combinatie van trauma-sensitief werken, ceremonieel werk en veilig adem faciliteren… dat is goud. Dit zou verplichte basis moeten zijn voor elke therapeut.”

⭐⭐⭐⭐⭐

“Deze opleiding heeft mijn leven én mijn werk volledig veranderd.”

⭐⭐⭐⭐⭐

“De community is een groot geschenk. Het is geweldig om met zo’n grote groep gelijkgestemden elkaar te versterken. Dit voelt als een tribe.”

ONS TEAM:

Aan de Yin Yang Breath® ademtherapeut opleiding zijn 4 Master Trainers verbonden, ieder met een eigen unieke expertise.

Samen brengen zij een rijkdom aan kennis, ervaring en perspectief, waardoor deelnemers zich kunnen ontwikkelen tot ademtherapeuten die werken vanuit belichaming, integriteit en vakmanschap.

PRAKTISCHE INFORMATIE

Deze opleiding wordt niet aangeraden bij aandoeningen als bipolaire, schizofrenie, acute hartaandoeningen, epilepsie of zwangerschap.

Wanneer je medicijnen gebruikt die de hersenstructuur veranderen is het verstandig vooraf met ons te overleggen.

Deze opleiding claimt geen medische vervangende therapie en maakt geen aanspraak op genezing van medische aandoeningen, maar het verwijdert echter vaak wel de onderliggende emotionele oorzaken van veel aandoeningen.

Twijfel je of deze opleiding voor jou geschikt is? Aarzel niet en neem gerust geheel vrijblijvend contact met ons op:

Anneke: 06-27488172
Justin: 06-51016335

Je kunt deze opleiding direct aanschaffen via onze webshop. Liever in termijnen betalen? Dat is mogelijk in 3 tot maximaal 6 maandelijkse betalingen. De eerste termijn gaat in op het moment van inschrijving.

Wil je gebruikmaken van een betalingsregeling, neem dan even contact op via contact@chetcoachlokaal.nu, zodat we dit samen kunnen afstemmen.

- Maximale groepsgroote: 10 personen
- Duur: 13 dagen van 10.00 tot 17.30
- kosten €2895,
- Locatie: Braamt

Inclusief: Diploma, zeer uitgebreid handboek, 2 uniek gecomponeerde DB Breath® muziekstukken, uitgebreide lunch tijdens de lesdagen.

De opleiding staat ingeschreven in het kwaliteitsregister alternatieve therapeuten | HBO conform

Het Coach Lokaal is GRO erkend. Opleidingen zijn opgenomen in het GAT Register Opleidingen. Erkend door CAT, Complementaire Kwaliteitstherapeuten. De opleiding is HBO conform 134 SBU 4.97 GRO punten en 200 studie uren.
De opleidingen van Het Coach Lokaal staan geregistreerd bij het Centraal Register Kort Beroeps Onderwijs (CRKBO).
Alle opleidingen van Het Coach Lokaal zijn vrijgesteld van btw.

Om in aanmerking te komen voor het diploma is het van belang om alle les uren bijgewoond te hebben, als ook de praktijksessies met proefcliënten te houden waarvan je jouw reflectie verslagen indient ter beoordeling.

Kun je een dag niet? Deze kan/mag in overleg ingehaald worden bij een andere groep.

De opleiding kan fenomenale veranderingen teweegbrengen in zowel jouw leven, als in het leven van jouw cliënten