



MEDI YIN® RYT 300 (RYT500) OPETTAJAKOULUTUS



Medi - Kiinalaisen lääketieteen ja Taolaisen filosofian lähestyminen palauttaviin joogalajeihin: yin-jooga, jooga nidra meditaatio ja restoratiivinen jooga.

Yin – Passiivinen, vastaanottava, pehmeä luonnonvoima, joka kiinalaisen kosmologian mukaan on lempeän energian ydin.



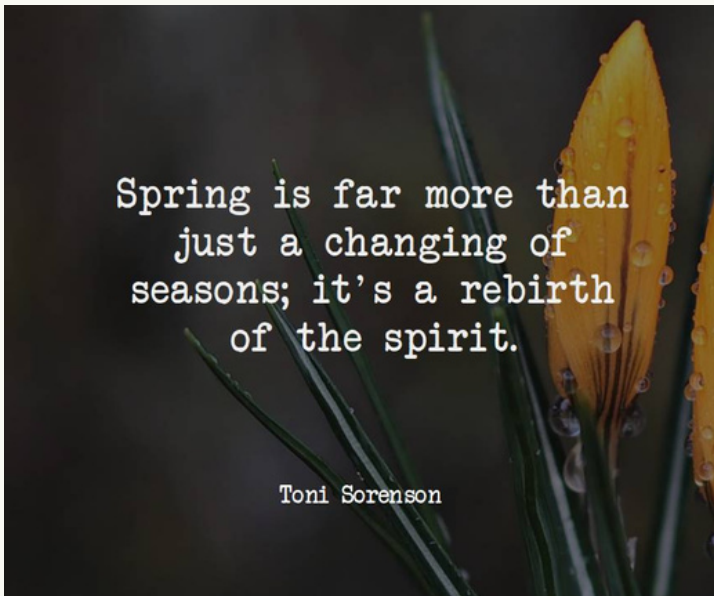
Tarvitset vain itsesi ja oppimismotivaatiota.
Live-stream sessioihin voit osallistua, joko allokoituina päivinä, tai katsoa nauhoitteet jälkikäteen.
Valmistujais retriitillä ohjaat opinnäytetyö tunnin, esittelet lopputyösi ja teet loppukokeen

Koko koulutuksen tuntimäärä on 325 tuntia, joka takaa Yoga Alliancen (sertifioiva taho) vaatimuksen vähintään 300 tunnin opinnoista, ja antaa hieman liikkumavaraa oppijalle ennalta arvaamattomiin tilanteisiin.

Hinta sisältää 9 kappaletta, 3 tunnin live-stream sessiota, jotka järjestetään kerran kuussa sunnuntaisin klo 17-20 ja valmistujaisretriitin kartano miljöössä, 2-3 hengen huoneissa täyshoidolla.

- **325 tuntia oppimista**
 - **Kolme jooga lajia Viiden Elementin linssin läpi.**
 - **Kiinalaisen lääketieteen teoriaa**
 - **Valmistujais-retriitti
14.07.2025 - 17.07.2025**
 - **Kokonaishinta:
1799€* (sis. alv 25,5%)**
- Itse opiskeltuna ilman retriittiä:
1500€ (sis. alv 25,5%)**

*) kokonaishinta sisältää teoriaosuuden hinnaltaan 1500€ (sis.alv 25.5% ja erikseen maksettavan majoituksen täyshoidolla, joka maksetaan Kansjerfin kulttuuritalle.



Miksi?

Haluat syventää jo olemassa olevaa osaamistasi yin-joogasta.

Kaipaat oppimisen rauhaa, mutta myös ryhmän ja aikataulun rytmitystä oppimiseesi

Haluat oppia kiinalaisesta lääketieteestä joogan opetukseen soveltuvat opit ja opin opettajalta, joka on opiskellut niin Yin-, restoratiivista kun jooga nidran saloja yli 15 vuoden ajan. Kaipaat kiinalaisen lääketieteen todellista ymmärrystä taholta, joka harjoittaa myös kiinalaisen lääketieteen oppeja arjessaan.

Voit opiskella opintosisällöt omaksi iloksesi, jolloin et ole velvoitettu tekemään lopputyötä, loppukoetta tai ohjaamaan näytetuntia.

Tuolloin saat todistuksen kurssimuotoisena, ilman RYT500 pätevyyttä.

RYT 500 todistuksen saaminen edellyttää aiempaa RYT200 todistusta, joka korottuu tällä 300+ tunnin koulutuksella RYT500 tasoiseksi



Mitä?

Kiinalaisen lääketieteen perusteet joogan ohjaamisen tukena.

Valmiit vuodenaikojen kiertokulkua tukevat yin-jooga sarjat.

Jokaiselle 5 elementille ominaisen lisäopin:

- Vesi: Medi Yin Jooga Nidra (jooga nidran perusteet ja 5 erilaista nidra tekstiä)
- Puu: Medi Yin Trigger: Akupallon, joogatiilen ja guasha kamman käyttö yin-jooga sarjojen tukena.
- Tuli: Acu Rest, Restoratiivinen jooga parasympaattisen hermoston aktivaatioon
- Maa: Medi Yin Ravinto: Kiinalainen ravinto oppi viidelle elementille.
- Metall: Aroma Yin: Aromaterapia harjoituksen tukena, 5 elementin tuoksut

Saat koulutuksen niin yksilö opetukseen, kun valmiit sarjat ryhmäopetukseen. Valmiiden sarjojen avulla voit keskittyä ohjaajuutesi kehittämiseen ja oman ymmärryksesi syventämiseen Medi Yin metodista.



Miten?

Opiskelu pienryhmissä, joissa on enimmillään 10 opiskelijaa. Kontaktiopintojen kohdalla tavataan verkossa kuukauden välein (Zoom).

Sinulla on pääsy koulutuksen aikana opintoalustan keskusteluryhmään, jossa voit keskustella muiden osallistujien kanssa omasta opintomatkastasi, reflektoida opittua, ryhmääntyä ja kysyä koulutuksen aihepiiriin liittyviä kysymyksiä.

Opintoalustalla käydään vastaamassa arkisin opiskelijoiden esittämiin kysymyksiin. Tällä tavalla opinnot ja aihealueet etenenevät sovitussa aikataulussa. ja verkkomuotoisuudesta riippumatta, opiskelu on läsnäolevaa ja dynaamista.

Koulutuksen voit aloittaa itsellesi sopivana ajankohtana ennen maaliskuuta 2025. Opintomateriaalit tulevat olla suoritettuna, sekä välikokeet tulee läpäistä ennen heinäkuussa 2025 järjestettävää valmistujais- rettriittiä.

Koulutuksen voi myös suorittaa kokonaan etänä, jolloin kaiken opintoihin liittyvän materiaalin saa nauhoitettuna (mukaan lukien live-stream sessiot). Opiskelija tuottaa oman näytetuntinsa allokoitusta aiheesta videoformaattissa 14.7.2025 mennessä (tarkat ohjeet annetaan opintomateriaaleissa).

AIKATAULU LIVE STREAM

 **20.10.2024** :: Yhteenveto:
Yin&Yang teoria

 **24.11.2024** :: Yhteenveto:
Kiinalainen lääketiede joogan
ohjauksessa Osa 1

 **15.12.2024** :: Yhteenveto:
Kiinalainen lääketiede joogan
ohjauksessa Osa 2

 **19.1.2025** :: Yhteenveto:
Vesi / Jooga Nidra

 **16.2.2025** :: Yhteenveto:
Puu / Myofaskia Trigger Yin

 **16.3.2025** :: Yhteenveto:
Tuli / Acu Rest – Restoratiivinen
Jooga ja Akupainanta

 **13.4.2025** :: Yhteenveto:
Maa / Kiinalainen ravinto-oppi

 **18.5.2025** :: Yhteenveto:
Metalli / Aroma Yin

 **15.6.2025** :: Yhteenveto:
Jooga Nidra



VALMISTUJAISRETRIITTI



14.07.2025 - 17.07.2025



Pääset nauttimaan retriitillä niin oppimisesta, upeista puitteista, kun Medi Yin® joogaterapeuttisista hoidoista. Voit valita maksuttoman keho ja/tai korva-akupunktion ja kuivakuppauksen välillä.

Retriitti aikataulumme on lempeä, jolloin sinulle jää aikaa myös lepäämiseen ja yhdessä (tai yksin) oloon.

Paikka: Kansjerfin Kulttuuritila www.kulttuuritila.fi

Täysihoito: 3 ruokailua, majoitus 2–4 hengen huoneissa
Saunailta: 16.7.2025 keskiviikkona.

Kansjervin Kulttuuritilalle pääset helposti niin julkisilla kun omalla autolla.



Aiempien live-stream/online koulutusten palautteita

Rakastan Claren tapaa kohdata oppijat sellaisina kuin he ovat. Claren opetuksessa on hyvä ja turvallista olla. Koulutus on monipuolinen ja syvensi todella ymmärrystäni joogafilosofiasta ja kiinalaisesta lääketieteestä. Pidin myös siitä, että sain yin-joogan lisäksi koulutusta akujooga-, aromaterapia- ja guashassa. Suurin asia minulle oli mahdollisuus osallistua koulutukseen kokonaan verkossa, mikä mahdollisti osallistumisen koulutukseen. Kaiken kaikkiaan loistava koulutus ja loistava opettaja!

Mirva L. RYT500

Olin pitkään etsinyt koulutusta, jossa keskityttäisi syväluotamaan yin-joogan taustoja ja Kiinalaisen lääketieteen oppeja. Koulutusmateriaalit oli ennalta tuotettu, jolloin yhteinen aikamme Zoom-sessioissa keskittyi asioiden käytäntöön laittamiseen. Dialogi päivät olivat juuri sopivan mittaisia ja rytmittivät oppimista hyvin. Claren tapa kouluttaa on virkistävää, ei luentomainen vaan ammattitaitoisen osaallistava.

Kati K. RYT500

Opiskelin RYT200 peruskoulutukseni lähiopetuksessa, ja koulutus kustansi lopulta tuplat siitä, mitä itse opetus maksoi. Ajatus live-streamin kautta opiskeltavasta RYT500 sertifiointiin oikeuttavasta koulutuksesta tuntui kiinnostavalta laajan aihepiirin puolesta ja kukkarolle sopivammalta vaihtoehdolta.

Pieni ryhmäkoko takasi sen, että kaikkiin kysymyksiin sai vastauksen.

Jenni R. RYT200



RETRIITTIPAIKKA



**KANSJERF
KULTTUURITILA
KULTURGÅRD**

Aikataulu:

Check In:

Maanantaina 14.7.2025 klo 15:00

Checkout:

Perjantaina 17.7.2025 klo 12:00

*Upeat historiaa huokuvan
kartanon puitteet, lähituotettua
kasvisruokaa, lempeää olemista
ja maaseudun rauhasta
nauttimista.*

ILMOITTAUDU KOULUTUKSEEN TAI VARAA AIKA KESKUSTELUUN



Koulutukseen voi osallistua kuka tahansa yinjoogasta pohjakoulutuksen omaava jo joogaa ohjaava henkilö.

Tarvitset osallistuaksesi koulutukseen:

- > Avoimen mielen
Hyvän verkkoyhteyden
Mobiililaitteen/tietokoneen, jolla seuraat Zoom-lähetyksiä
- > Jos suoritat sekä, RYT200 pohjakoulutuksen, että RYT300 (lopputodistus yhteensä RYT500) jatkokoulutuksen, voit jatkokouluttautua Medi Yin Joogaterapeutiksi (live-stream + retriitikoulutus vuosittain alkaen 2025-2026).
- > Jatkossa RYT300 koulutuksen hinta nousee teoriaosuudeltaan pilottihinnasta (1500€ hintaan 2050€)
- > Tule siis mukaan ainutlaatuiseen koulutukseen NYT!

Varaa paikkasi
Varaa paikkasi tästä linkistä

Sovi Zoom/WhatsApp keskustelu
Varaa aikasi tästä linkistä

OPETTAJASI

Clare Gates-Sjöblom

E-RYT500



Yli 20 vuotta valmentavia koulutuksia järjestänyt kiinalaisen lääketieteen ja palauttavien joogalajien asiantuntija.

Jooga (lajikohtainen koulutustausta):

- Yin-jooga yli 2000 tuntia (mm. Paul Grilleyn seniori oppilas)
- Restoratiivinen jooga yli 350 tuntia (opettajinaan mm. Judith Hanson-Lasater)
- Jooga Nidra yli 200 tuntia (opettajinaan mm. Uma Dinsmore-Tuli ja James Reeves)

Kiinalainen Lääketiede (lajikohtainen koulutustausta):

- 3 vuotinen lisensiaatti koulutus TCM (University on Middelsex, Lontoo)
- 3 vuotinen lisensiaatti koulutus Viiden Elementin Lääketiede
- Kiinalaisen lääketieteen yrittäjä

Muu koulutustausta:

mm.
Shiatsu Terapeutti
Tiimi Valmentaja
Life Coach
MSc Organisational Psychologist
BA Branding

Huom!

- > Mukaan live-stream + retriitti koulutukseen mahtuu maksimissaan 10 opiskelijaa. Koulutus täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.
- > Koulutuksen voi suorittaa myös kokonaan omalla ajalla, jolloin lopputyön esittely ja ohjaus videoidaan 14.7.2024 mennessä.
- > Koulutukseen voi tulla mukaan milloin vain ennen 1.3.2025 takarajaa.
- > Koulutukseen ilmottautuminen tapahtuu kirjallisesti.



MEDI YIN

mediyin.fi

TIEDUSTELUT

Sähköpostilla:

info@mediyin.fi tai

Whatsapp tai SMS arkisin klo:

14.00 - 16.00

+44 78 79169796 (UK)

Clare Gates-Sjoblom E-RYT 500

Osuuskunta Kovameno (3379915-4)

Tmi Zen Consulting (2365166-6)

