



Anatomie & fysiologie

Esther Woonink

Esther Woonink (1968) studeerde fysiotherapie aan de Hogeschool van Amsterdam. Gedurende tien jaar heeft ze dit vak uitgeoefend in een particuliere praktijk in de binnenstad van Amsterdam. In 1999 is ze zich gaan specialiseren als manueel therapeut, methode van der Bijl, een behandelmethode die de individuele wijze van bewegen als uitgangspunt neemt. Sinds 2005 geeft ze ook anatomieles aan de Zen Shiatsu opleiding van Joyce Vlaarkamp. Haar eerste yogales volgde ze in 1998 bij Peter Hin; de laatste jaren is ze fan van asthanga yoga.

Het vak anatomie en fysiologie

Gedurende 4 jaar wordt de student basiskennis aangeboden over de bouw en het functioneren van het menselijk lichaam. Hierbij komt het bewegingsapparaat het meest uitgebreid aan bod. Zo leert de student welke spieren en gewrichten werkzaam zijn tijdens diverse yogahoudingen. Daarnaast zal de werking en invloed van diverse orgaanstelsels in het algemeen en tijdens het beoefenen van yoga worden behandeld. Ook is het van belang voor de student om zijn/haar beperkingen op medisch gebied te leren kennen.

In de lessen wordt behandeld:

- ademhalingsstelsel
- algemene weefselleer
- bewegingsapparaat
- circulatiestelsel
- huid
- hormoonstelsel
- inspanningsfysiologie
- spijsverteringsstelsel
- urinewegstelsel
- voortplantingsstelsel
- zenuwstelsel

Het vak anatomie en fysiologie wordt aan het einde van elk studiejaar getoetst door middel van praktijk/theorie examen.