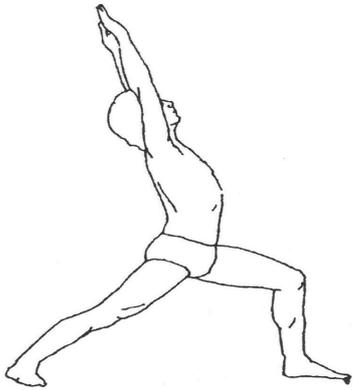


# Formation à l'enseignement VINIYOGA du yoga 2022-2025



Ecole agréée par l'Union Européenne de Yoga  
et agréée par la Fédération Viniyoga Internationale  
cycle de 610 heures en présentiel  
pendant les congés scolaires zone A  
à proximité de Besançon

## Une formation complète pour :

### Accompagner en individuel

recevoir et écouter en individuel pour élaborer des programmes adaptés aux aspirations et besoins de la personne en vue de soutenir son autonomie par un cheminement quotidien

### Enseigner en cours collectif

Proposer des séances bien construites et progressives  
Proposer des adaptations personnalisées aux élèves  
Différents contenus de cours pour les différents types de public  
(Enfants, jeunes, sportifs, senior, yoga douceur, yoga maternité)

## Contenu :

Étude des 50 postures fondamentales

Étude des Prânâyâma

Étude du texte fondamental « Yoga Sutra »

Méditation, Chant

Écoute active

Formation de base à l'ayurvêda pour enseignant de yoga

Anatomie de l'appareil locomoteur, Physiologie ayurvédique

Possibilité d'enseigner en fin de 2eme année

### contact :

Ecole Viniyoga Dauphiné Savoie

Denis PERRET 06 18 24 65 06

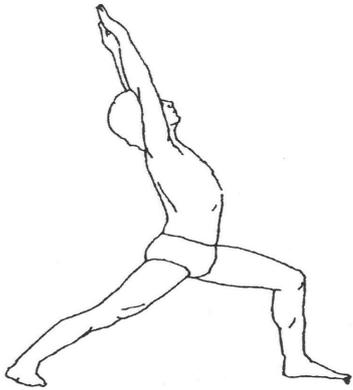
Eline TRIPARD 06 27 30 22 36

Plaquette détaillée à télécharger depuis les sites

Fédération Viniyoga Internationale et Ecoles Viniyoga Formation



# Formation à l'enseignement VINIYOGA du yoga 2022-2025



Ecole agréée par l'Union Européenne de Yoga  
et agréée par la Fédération Viniyoga Internationale  
cycle de 610 heures en présentiel  
pendant les congés scolaires zone A  
à proximité de Besançon

## Une formation complète pour :

### Accompagner en individuel

recevoir et écouter en individuel pour élaborer des programmes adaptés aux aspirations et besoins de la personne en vue de soutenir son autonomie par un cheminement quotidien

### Enseigner en cours collectif

Proposer des séances bien construites et progressives  
Proposer des adaptations personnalisées aux élèves  
Différents contenus de cours pour les différents types de public  
(Enfants, jeunes, sportifs, senior, yoga douceur, yoga maternité)

## Contenu :

Étude des 50 postures fondamentales

Étude des Prânâyâma

Étude du texte fondamental « Yoga Sutra »

Méditation, Chant

Écoute active

Formation de base à l'ayurvêda pour enseignant de yoga

Anatomie de l'appareil locomoteur, Physiologie ayurvédique

Possibilité d'enseigner en fin de 2eme année

### contact :

Ecole Viniyoga Dauphiné Savoie

Denis PERRET 06 18 24 65 06

Eline TRIPARD 06 27 30 22 36

Plaquette détaillée à télécharger depuis les sites

Fédération Viniyoga Internationale et Ecoles Viniyoga Formation

