

Cursus de formation d'enseignants de yoga 2020-2024

		<i>Module Yoga Suisse</i>	<i>Modules étudiés</i>	<i>1^e année</i>	<i>2^e année</i>	<i>Total heures</i>
CYCLE I Initiation à l'Enseignement		B1.1	Connaissance Posturale Introduction à la méditation et au pranayama	65	65	130 h
			Les Voies du Yoga	10	10	20 h
		B1.2 ASCA 1 ^{er} cycle	Anatomie Physiologie Pathologie	75	75	150 h
			Stage en résidentiel Développement personnel	55	55	110h
			Suivi individuel	3	3	6h
Heures de contact						406h
			Cours hebdomadaires	35	35	70h
Total heures						476h

Cursus de formation d'enseignants de yoga 2020-2024

	<i>Module Yoga Suisse</i>	<i>Modules étudiés</i>	1^{ère} année	2^{ème} année	Total heures
CYCLE II Approfondissement et Reconnaissance	B.2	Philosophie du Yoga Etude des textes sacrés	70	70	140h
	B.3	Approfondissement postural Connaissance didactique Ethique	60	60	120h
		Yogathérapie Adaptations aux pathologies	30	30	60 h
		Stage résidentiel Spécialisations Développement personnel	40	40	80 h
	B1.1complément	Approfondissement pranayama-méditation			
Heures de contact			200	200	400h
		Stage social	20		20h
		Cours hebdomadaires	35	35	70 h
		Enseignement	15	25	40h
		Suivi individuel	3	3	6h
Total heures					536h