BULLETIN D'INSCRIPTION
formation de professeurs de yoga 2023/2027

à retourner à Martine Duchon : 11 rue de Champagne - 95100 ARGENTEUIL - France

Nom .....

Prénom ..... sexe .....

Rue ..... N° .....

Ville ..... code postal .....

Pays .....

Téléphone privé ..... Portable .....

E-mail (EN MAJUSCULE) .....

Date de naissance .....

Profession .....

Pourquoi souhaitez-vous faire cette formation, quelles sont vos attentes ?

.....

.....

Y-a-t-il des éléments spécifiques que nous devons prendre en compte? Handicap, langues, lignée ? Autre ? .....

.....

.....

Nom de votre professeur habituel .....

Vous êtes élève en cours collectif ☐ individuel ☐

Vous enseignez le yoga : oui, depuis ..... non ☐

Vous vous inscrivez à la formation de professeurs de yoga :

- vous joignez l'acompte par Chèque / Mandat * (souligner l'option choisie)

*Règlements bancaires de l'étranger : frais à la charge du participant

- vous joignez l'attestation de pratique de yoga de votre professeur
- vous adhérez à la Viniyoga Fondation France, adhésion en ligne :

https://www.viniyoga-fondation.fr/

Date ..... Signature .....

Martine Duchon formations
11 rue de Champagne
95100 ARGENTEUIL - France
duchonm2@gmail.com - 06 17 04 09 22
www.viniyoga-fondation.fr
viniyogafondation@gmail.com
06 21 44 43 58

Dates, lieux, coût et conditions

Entrée en formation permanente selon le calendrier en vigueur.

Dates

WE 1 : 16- 17 septembre 2023
WE 2 : 11- 12 novembre 2023
WE 3 : 13- 14 janvier 2024 stage résidentiel
WE 4 : 30- 31 mars 2024
WE 5 : 25- 26 mai 2024 stage résidentiel
STAGE ÉTÉ résidentiel : du 29 juillet au 03 août 2022

Les dates et les lieux sont à confirmer

Lieux

WE 1, 2 et 4 : « La Lila » 36 av. du Maréchal Juin
93260 Les Lilas (Métro Mairie des Lilas)
WE 3 et 5 résidentiel : Centre Assise 29-31 rue Guesnier
95420 Saint-Gervais
Stage été résidentiel : Château du Reclos 83830 BARGEMON

Coût et règlement par année scolaire *(devis sur demande)*

Les tarifs annuels suivants sont valables tout au long des quatre années de formation (hormis le tarif des bilans pédagogiques).

Description	coût	Modalité de règlement
Prix pour l'ensemble des Cinq week-ends (pédagogie)	930€	*330€ à l'inscription et deux chèques de 300€ remis le premier week-end encaissés en janvier et mars*
Estimation pour week-end résidentiel	100€* TTC	*à régler sur place*
Stage d'été résidentiel 1 semaine	470€*	*(pédagogie) à régler à l'inscription*
Estimation pour stage d'été résidentiel	400€* TTC	*à régler sur place*
Suivi pédagogique d'une heure	60€	*Par cours*
Adhésion à la VFF/an	50€	*Par année*

** Le coût de l'hébergement en pension complète pour les week-ends résidentiels et le stage d'été est à la charge du stagiaire.*

Conditions d'inscription

Toute personne souhaitant suivre cette formation doit avoir pratiqué le yoga depuis au moins deux ans (fournir l'attestation de votre professeur) et être adhérente à la VFF pendant la durée de sa formation.

Pour que l'inscription soit effective, chaque participant devra :

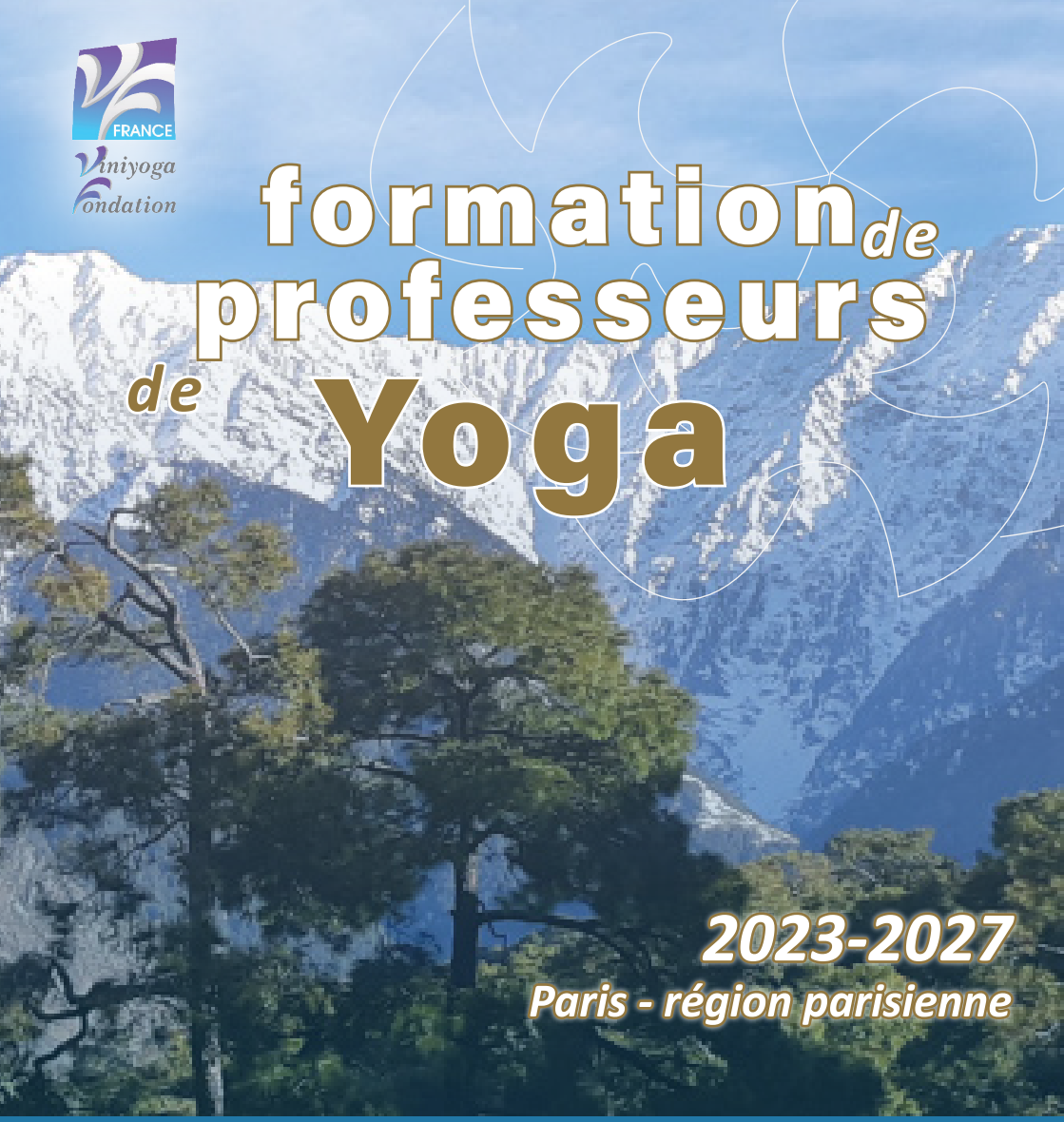
1. adresser une lettre de motivation
2. avoir participé à un entretien présentiel avec le formateur
3. adresser le bulletin d'inscription dûment rempli
4. fournir une photo d'identité récente en couleur format 3.5X4.5cm
5. fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique du yoga
6. joindre un chèque de 300€ à l'ordre de :
   Martine Duchon, 11 rue de Champagne 95100 ARGENTEUIL

Afin d'accueillir et d'offrir une prestation de formation de qualité aux personnes en situation de handicap, nous vous invitons à nous consulter.

Martine Duchon formations
11 rue de Champagne
95100 ARGENTEUIL - France
duchonm2@gmail.com - 06 17 04 09 22
www.viniyoga-fondation.fr
viniyogafondation@gmail.com
06 21 44 43 58

FRANCE
Viniyoga
Fondation

formation de professeurs de Yoga



2023-2027

Paris - région parisienne

Martine
Duchon
formations

La formation

La formation en présentiel est basée sur l'enseignement reçu de Bernard Bouanchaud, mon professeur depuis vingt ans et s'inscrit dans la lignée de TKV Desikachar et de son père T. Krișņamacharya.

Les quatre années sont importantes pour assurer l'évolution personnelle de chacun des futurs professeurs dans le respect de leur personnalité et de leur autonomie en tant qu'enseignant.

Les deux premières sont axées sur la connaissance des postures, des techniques de respiration et sur l'apprentissage des deux premiers chapitres des Yoga Sūtra, texte normatif de l'enseignement du yoga.
Les deux suivantes s'orientent vers la pédagogie, une étude plus approfondie des textes et des techniques à utiliser selon certains aspects thérapeutiques.

Martine Duchon

C'est en 1985, après la naissance de ses deux enfants, que Martine Duchon s'intéresse particulièrement aux disciplines en rapport avec la connaissance de l'être humain et de son évolution au cours de la vie. Pendant plusieurs années, la pratique régulière du yoga, de la gymnastique douce et du stretching construit le socle de son apprentissage personnel.

En 1995, elle obtient son Brevet d'éducateur physique et enseigne ces disciplines sous l'égide de Brigitte Pierre, son professeur.

En 1998, la rencontre avec Bernard Bouanchaud orientera définitivement son chemin de vie vers le Yoga. Membre de L'institut Français du Yoga (IFY), certifiée de la Krișņamacharya Health and Yoga Foundation (KHYF), co-fondatrice de la Viniyoga Fondation France avec Bernard Bouanchaud, elle se consacre aujourd'hui à l'enseignement individuel, aux post-formations, à la Yoga Thérapie et au suivi individuel des élèves en formation.

Professeur, formatrice de professeurs, elle assiste Bernard Bouanchaud et le Docteur Natesan Chandrasekaran en Yoga Thérapie depuis plus de dix années. Proposer cette formation de professeur de yoga, c'est partager l'enseignement qu'elle a reçu, accompagner chacun dans la découverte de sa vraie nature et le guider à son rythme sur la voie de l'enseignement.

Le programme

La formation de professeur de yoga représente **cinq cents heures de cours dont 25 heures de bilan pédagogique individuel** à répartir sur les quatre années. Chaque année scolaire comprend **cinq week-ends**, dont deux en résidentiel, et un **stage de 5 jours** en résidentiel en été durant lequel sera présenté un grand texte de la Tradition védique.
Chacun des temps d'apprentissage fera l'objet d'une évaluation. D'une part par le stagiaire pour évaluer ses acquis et la pertinence de la formation et de son objectif annuel, d'autre part, par l'enseignant, par un contrôle continu écrit des connaissances de l'élève.

1° et 2° année :

Perfectionnement des connaissances pratiques et théoriques du stagiaire
Théorie et pratique des principales postures
Théorie et pratique des techniques respiratoires
Etude des Yoga Sūtra de Patañjali (chapitre un et deux)
Anatomie et Physiologie appliquées au yoga
Āyurveda, étude des *doṣa* qui soutiennent notre physiologie

3° et 4° année :

Théorie et pratique des principales postures proposées pour les jeunes enfants et adolescents
Théorie et pratique de techniques plus évoluées comme les *bandha*
Théorie et pratique des principaux *mantra*
Etude des Yoga Sūtra de Patañjali (chapitre trois et quatre)
Pédagogie appliquée à l'enseignement individuel et collectif
Approche de la santé par le yoga

Au terme de ces quatre années, **un diplôme d'aptitude à l'enseignement du yoga, sera délivré par la Viniyoga Fondation France (VFF)** à ceux qui auront suivi le cursus complet et qui auront satisfait au week-end d'évaluation final composé de la soutenance d'un mémoire personnel et d'un test de connaissances techniques et pédagogiques. **Ils devront s'être acquittés de leur adhésion à la VFF pendant la durée de leur formation.**