

Fédération française de Hatha Yoga – Ecole de Paris Nord - Programme formation des élèves professeurs- 1ère, 2ème, 3ème et 4ème années										
2023 - 2024										
SAMEDI					DIMANCHE					
7 et 8 octobre	9 h – 12 h	13h30 – 14 h	14 h - 15 h 15	15 h 30 – 17 h		9 h – 12 h	14 h - 15 h 30	15 h 45 – 17 h	17 h – 17 h 30	ZOOM
	Pédagogie par années	Accueil des élèves	LE PRANA Gisèle Stiquier-Saunié	Notion d'étirement et d'alignement toute l'équipe		Cours pratique Claudine Joelle et Gaëlle	RASA Pascale HOUBIN	Systèmes articulaire et musculaire Claudine Cornier	Mémoires 4ème année	Mahabaratha Construction d'une séance Ramayana
4 et 5 novembre	9 h – 12 h		14 h - 15 h	15 h 30 – 17 h		9 h – 12 h	14 h - 15 h 45	16h – 17 h30		
	PEDAGOGIE PAR ANNEE		Debriefing du zoom MAHABHARATA	Effort et non effort Alyette De Graces		Cours pratique Annick Ruaudel Fabienne et Gaëlle	Le système respiratoire Joelle Despradels	Exposés : Alma Marie-Christine Passage pratique : Maguy		
2 et 3 décembre	9 h – 12 h		14 h - 15 h 15	15 h 30 – 17 h		9 h – 12 h	13 h45 - 15 h 15	15 h 30 – 18h		
	PEDAGOGIE PAR ANNEE		Debriefing du zoom Construction d'une séance	Les darshanas Colette POGG		Cours pratique Claudine Joelle et Gaëlle	Le système musculaire Joelle Despradels	Exposé : Agnès Passages pratique : Raphaëlle, Marie-Pierre		
GREZ 20 et 21 janvier	10 h – 10 h45	11h à 12h	14 h - 15 h 15	15 h 30 – 16h15	17h -18h	7h - 8h	9 h – 12 h	13h30 - 14h45	15 h – 16 h	
	Pratique préparatoire à la méditation	Méditation Swami Atmarupananda	Technique : la voix et le rythme Joëlle Gaëlle Claudine	Debriefing du zoom Ramayana	L'espace du cœur dans les Upanishads Swami Atmarupananda	Cours pratique Philippe Baronnie	PEDAGOGIE PAR ANNEE	Exposé : Sylvie Passages pratique : Salomé	Conférence Le bakhti yoga Swami Atmarupananda	Diaphragme Purana
2 et 3 mars	9 h – 12 h		14 h - 15 h 30	15 h 45 – 17 h	17h - 18h	9 h – 12 h	14 h - 15 h 30	15 h 45 – 17 h	17 h – 17 h 30	
	PEDAGOGIE PAR ANNEE		atman Marc Ballanfat	Passage pratique Paula	Debriefing du zoom Purana Diaphragme	Cours pratique Pierre-Yves Mansat Claudine	Les déesses Cécile Becker	Les fascias Claudine Cornier	Exposé Brigitte	
1er et 2 juin	9 h – 12 h		14 h - 15 h 15	15h30 – 16h	16h30 - 17h	9 h – 12 h	14 h - 15 h 30	15 h 45 – 17 h		ZOOM
	PEDAGOGIE PAR ANNEE		Le mariage intérieur dan l'hindouisme Jacques Vigne	Exposé Sandra	Debriefing du zoom Tantra Kryas	Cours pratique Alain Janvier Annick Ruaudel	TANTRISME Jeanne BURGART	Debriefing de l'année		débriefing tantra et kriya