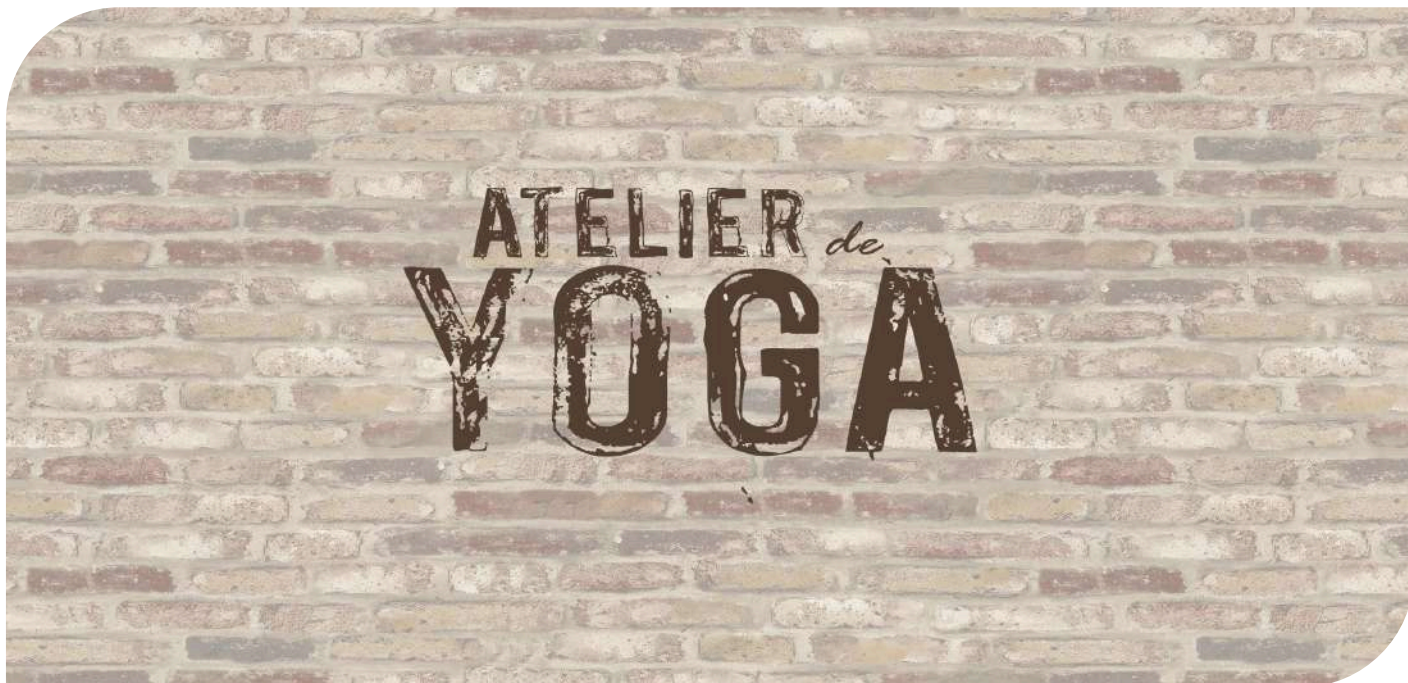




# Programme 2021 Formation Continue

---

Organisme de Formation - Datadocké  
Certifié YOGA ALLIANCE



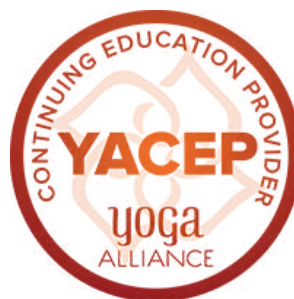
## Formation Continue pour les professionnels du yoga, stagiaires en formation et tout autres personnes désireuses d'aller plus loin dans leur pratique.

En format week-end ou pendant les vacances scolaires, notre PROGRAMME DE FORMATION CONTINUE se déroule à l'Atelier de Yoga à Mouans-Sartoux en présentiel et en ligne avec mesures sanitaires renforcées. Si vous avez un test PCR positif, même asymptomatique, vous devrez participer exclusivement via ZOOM.

Tout est modulable et donc personnalisable. Vous pouvez choisir les cours qui vous intéressent pour compléter et enrichir vos compétences. Les enregistrements seront disponibles en ligne, jusqu'à 30 jours après la séance, pour les revoir à but pédagogique.

Notre programme de formation est certifié par la Yoga Alliance, donc vous recevrez une attestation qui justifie votre formation continue.

Nous sommes également datadocké donc vous pouvez vous faire financer.



“Yoga is the journey of  
the self, through the  
self, to the self.”

The Bhagavad Gita

## A qui s'adresse notre formation :

Nos programmes sont pensés pour vous accompagner dans votre parcours dans l'UNIVERS du yoga. Ils sont ouverts aux :

1. Professionnels du yoga qui souhaitent enrichir et compléter leur pratique.
2. Praticants de yoga désireux de développer et d'approfondir leur pratique personnelle,
3. Professionnels de la santé, du sport, et autres métiers particulièrement compatibles avec le yoga, qui souhaitent compléter avec des techniques du yoga.

## Parcours personnalisé

Pour permettre à chaque stagiaire d'adapter au maximum la formation à ses besoins, nous avons conçu un parcours individualisé.

A vous de choisir entre les différents stages disponible par rapport à vos besoins professionnels et/ou personnelles. Ces sessions seront source d'inspiration et d'analyse pour chaque stagiaire.

## Pour les inscriptions, deux options possibles :

### **1. Avec certification Yoga Alliance**

- a. Remplir le dossier: Nous avons besoin de signer une convention de stage et un devis avec le programme détaillé vous sera préparé pour avec les stages de votre choix.



- b. Financement : vous pouvez faire votre demande de financement. Nous préparons le reste des documents (facture, attestation de participation, etc)
- c. Certification : après la formation vous aurez une attestation de présence et un diplôme Yoga Alliance

### **2. Sans certification Yoga Alliance**

Inscrivez-vous simplement à la séance de votre choix.

## **Les prix :**

1. Avec certification - 55eur et minimum 3 stages.
2. Sans certification - 42eur.

# Programme 2021



## Isabelle Lecomte - Professeure certifiée IYENGAR

14 Mars, 25 Avril 30 Mai et 27 Juin de 9h30 à 12h30

Stages sur l'alignement du corps dans les postures.



## Nam Kriya Singh - Professeur Kundalini yoga

28 Mars et 6 Juin de 9h30 à 12h30

Introduction à la philosophie du yoga, au Kundalini Yoga et à la Bhakti



## Gérald Disse - Professeur Avancé Ashtanga yoga

7 Mars

L'atelier pour comprendre les enchainements de la 1<sup>er</sup> série d'Ashtanga Vinyasa.



## Estefanía Lledó - Professeure en yoga-thérapie

4 avril, 11 avril et 2 mai de 9h30 à 12h30

Comprendre les bienfaits du yoga sur le STRESS en 3 modules.

# Keep growing

UNIYOGA votre centre de Formation Continue à  
Mouans-Sartoux

UNIYOGA Centre de Formation

23 Chemin des plaines  
06370 Mouans-Sartoux

06 95 42 52 25

[www.uniyoga.fr](http://www.uniyoga.fr)