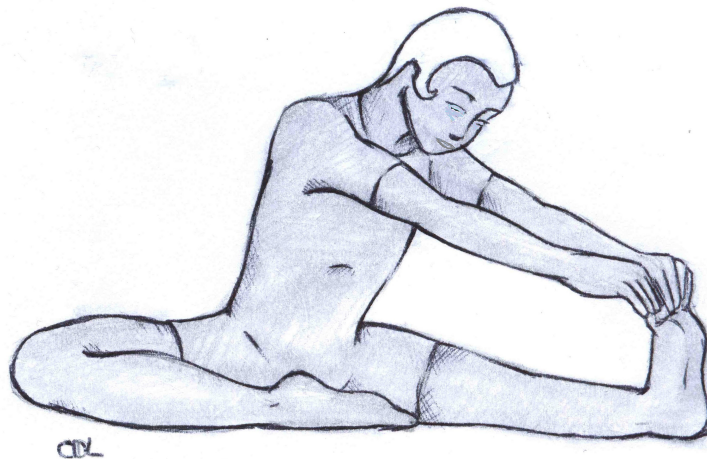


CYCLE DE POST-FORMATION 2024 - 2027

POUR PROFESSEURS DE YOGA



ECOLE VINIYOGA DAUPHINE SAVOIE

Agrée par la Fédération Viniyoga Internationale
Agrée par l'Union Européenne de Yoga

**PERRET DENIS
ELINE TRIPARD**

UN CYCLE DE TROIS ANS

L'esprit de ce cycle est d'aller vers plus d'unité et de développer notre capacité à accompagner toute sorte de personne qui vient vers nous.

Eline et Denis sont engagés dans un processus de formation continue, l'enseignement sera donc actualisé tout au long de la post-formation.

À QUI S'ADRESSE CE CYCLE D'ETUDE ?

Le cycle s'adresse aux **enseignants de yoga déjà formés** dans une école reconnue par une fédération, désireux de poursuivre leur propre accomplissement et ainsi de développer leur capacité à accompagner en yoga avec la Présence.

Une supervision est vivement recommandée pendant la formation en sus des stages (minimum conseillé de 4 rencontres d'une heure par an avec un professeur formé à l'accompagnement individuel).

Les enseignants d'une autre tradition que le Viniyoga du yoga sont invités à lire « Yoga, un chemin d'éveil spirituel » de TKV Desikachar.

Nous nous engageons mutuellement dans ce cycle, une rencontre préliminaire avec Eline ou Denis est requise.

FORME POUR LA TRANSMISSION

La transmission se fera par l'expérience
(ateliers en plénière, pratiques, étude de cas, écoute active en binôme ou en trinôme..)

Une forme participative:

- Co-construire un mode d'enrichissement mutuel par la simple authenticité de chacun.
- Vie en résidentiel pendant les stages, repas en gestion libre (co-cuisine en binôme)

Les divers enseignements seront soutenus par des apports théoriques issus des principaux textes sur lesquels la tradition Viniyoga s'appuie, essentiellement Yoga Sutra de Patanjali, et aussi ponctuellement :

Yoga Yajnavalkya, Bhagavad Gita, Yoga Rahasya, Hatha Yoga Pradipika

Les stages seront animés alternativement par Eline et Denis.

TROIS AXES POUR CE CYCLE D'APPROFONDISSEMENT :

1/ Approfondissement de la pratique méditative

- étude des livres III et IV des yoga-sutras de Patanjali (sur la base d'expérimentations)
- prana maya kosa (corps énergétique) :
approfondissement de la pratique quotidienne du pranayama
 - développer la sensibilité et l'écoute énergétique
 - expérimenter le corps énergétique (Yajnavalkya et Patanjali)
 - l'axe, la shakti, ...
- Sons et chants, en assise, dans les postures
- La voix de l'âme, oser exprimer son chant intérieur
- Pratyāhāra : affiner les perceptions sensorielles jusqu'au subtil (en lien avec l'intérieur et l'extérieur) et fluidifier les organes d'action
- La voie spirituelle (qui reste individualisée):
 - La Présence à l'instant.
 - Expression authentique de l'Etre.
 - De la séparation à l'Unité : harmoniser les parts complémentaires (Masculin et Féminin, Mère-Terre et Père-Ciel, Enfant intérieur et adulte...)
 - Cakra : l'équilibre pôle physique-puissance, pôle cœur, pôle lumière
 - La voie du cœur
 - Recevoir la guidance
- Méditation (samapatti) en asana-mudra :
 - les postures mudra
 - affinement des postures assises
 - postures plus « engagées » (tableau B)
 - mudra des mains (hasta mudra)
- Marche consciente (pranayama en marchant), asana avec baton, relance méditative à la nature, créativité poétique en plein air : François Querrini, formateur et enseignant de yoga.

2/ Développer sa capacité à accompagner en individuel

- écoute de la personne dans toutes ses dimensions (écoute en asana, ...)
- accompagner la personne avec la Présence
- accompagnement de la dimension émotionnelle (donner de l'autonomie avec l'Enfant Intérieur)
- ateliers pratiques en binôme
- comment mettre en œuvre un suivi individuel dans la durée
- soutien thérapeutique:
 - * bases de la yoga-thérapie et applications sur quelques pathologies courantes
 - * exploration des quelques variantes de postures courantes, explorations des différents bhavana
- ayurveda-yoga avec Evelyne Mathelet praticienne ayurveda qui interviendra un stage de week-end : mise en situation d'accompagnement individuel avec l'ayurveda pour le yoga.

3/ L'accompagnement des groupes

- repères sur les dynamiques relationnelles selon la psychologie occidentale et initiation à la CNV (intervenant Marie Francoeur formatrice et enseignante de yoga)
- Soutien et écoute énergétique du groupe
- Groupes de parole

ORGANISATION DE LA FORMATION

Trois années d'étude soit 312 heures de formation.

Quatre Week-End par an (vendredi 18h30 au dimanche 16h, soit 17h d'enseignement) et un stage d'été de cinq jours (36h d'enseignement).

Les formateurs s'engagent à un suivi des stagiaires ; il est demandé aux stagiaires de s'engager dans la durée du cycle.

Les stages ont lieu dans un cadre magnifique :

au Désert d'Entremont le vieux, (20 mn de Chambéry et 55 mn de Grenoble) en gestion libre.

Toutes les dates sur le site: <http://ecoles-viniyoga-formation.com>

les dates de la 1ere année :

du vendredi 18h au dimanche 16h

04 05 et 06 octobre 2024

06 07 08 décembre 2024

07 08 09 février 2025

04 05 06 avril 2025

stage d'été 23 au 27 juillet 2025

COÛT DE L'ENSEIGNEMENT

Les honoraires (à régler la semaine précédent le stage, de préférence par virement)

des stages de week-end : 220 €

stage d'été : 470 €

Les honoraires incluent les différents documents pédagogiques

Ces tarifs sont fixes pour la durée des 3 ans du cycle

Frais d'hébergement (tarifs indicatifs 2024):

l'hébergement en gestion libre : 100 € ou un peu moins en fonction de l'effectif
nourriture à amener

LES FORMATEURS ET FORMATRICES

Denis PERRET 60 ans

En 2004 il commence à se former comme Formateur d'Enseignants. En 2013 il prend son autonomie en tant que formateur et la responsabilité de Formation et de Post-formation d'enseignants de yoga à partir d'un contenu correspondant à sa personnalité et à son expérience du yoga. Formé à l'enseignement par Claude Maréchal et Frans Moors. Formation continue pendant vingt ans auprès de C. Maréchal ; Puis auprès de Sylviane Gianina.



Formé comme formateur par C. Maréchal puis S. Gianina.

Yoga-thérapeute Viniyoga certifié : formation de quatre ans en Yoga-thérapie auprès du Dr N. Chandrasekaran et de Bernard Bouanchaud.

Formation en yoga-ayurveda auprès d'Eveline Mathelet et de Serge Aubry.

Formé à l'écoute de la Personne et à la transformation dans la Présence (2013-2018)

Denis : 06 18 24 65 06 perretdenis@aol.com www.ecoles-viniyoga-formation.com

Eline TRIPARD 42 ans

La découverte du yoga a 18 ans fut une révélation J'ai démarré en cours collectifs hatha yoga puis est apparue l'évidence du Viniyoga , qui depuis guide mon chemin.

J'ai suivi de 2005 à 2012 la Formation et Post -formation Viniyoga ETY avec Claude Maréchal et Denis Perret ;

En parallèle je me suis Formée en somathothérapie en massage sensitif méthode Camilli, accompagnement psycho-corporel.

De 2014 à 2017 j'ai bénéficié de la Formation de Yogathérapie avec le Dr Chandrasekaran

J'ai été formatrice en région avec Claude Maréchal pour une session de 4 ans

Je suis en Co-animation de formation depuis 2017 avec Denis Perret.

*Je suis portée par le dévoilement de l'être ,
dans la joie de suivre l'élan de L'âme ,
nourrie par des relations de cœur à cœur.*



Eline : 06 27 30 22 36 samyama74@gmail.com <http://massage-yoga74.com/>

AVEC DES FORMATEURS SPÉCIALISÉS



Eveline MATHELET 61 ans

Formatrice en Ayurveda

Formatrice en physiologie ayurvédique

Professeure de yoga - Viniyoga, formation ETY Claude Maréchal 2001 -
Formation et post formation puis de nombreux stages en France, en Italie avec ETY
et à Chennai avec TKV Desikachar " the Yoga of Healing »

Consultante et formatrice en Ayurveda :

Formation d'Ayurveda en 4 ans avec Atreya Smith - diplômée en 2003 - IEEV ,

David Frawley, puis Dr Sunil Joshi , Dr Joglekar.

Présidente des professionnels français de l'Ayurveda.

Spécialisée aussi sur l'accompagnement des grossesses et maternité
(avant, pendant, après la grossesse et accouchement)



François QUERRINI 64 ans

Formateur Yoga et Marche

Découverte du yoga à l'adolescence, des pratiques tibétaines à 30 ans ... Diplômé dans plusieurs écoles, François se forme en yoga depuis les années 2000, auprès de plusieurs maîtres dont Yogi Khane , et Shri Tiwari (institut scientifique indien de recherche sur les effets du yoga sur la santé « Kaivalyadhamma ,Lonavla) .

Le DU yoga effectué à l'Université de Lille en 2016 et plusieurs collaborations avec des chercheurs en biologie et neurosciences lui ont permis d'établir de nombreux liens entre la philosophie orientale et la science occidentale

Accompagnateur en montagne, formateur/entraîneur en ski nordique et professeur de yoga

François croise des compétences et anime depuis une dizaine d'années des modules de formation "marche , yoga et santé" « yoga et entraînement sportif » pour l'UFRSTAPS de l'université Cl Bernard à Lyon, pour le Centre de Formation des AMM, et des clubs ou fédérations de randonnées. Il intervient également régulièrement en entreprise sur la Qualité de Vie au Travail et la prévention du burn out.

Marie FRANCOEUR 70 ans

Formatrice dynamiques relationnelles et CNV

Formatrice auprès des travailleurs sociaux et médicaux
Carrière de cadre dans des structures à caractère social
Carrière de Directrice EPHAD

Auteure d'un livre intitulé "Fin de vie en établissement gériatrique"

Thérapeute en hypnose éricksonnienne depuis plus de dix ans

Enseignante Viniyoga de Yoga et de méditation

Conteuse



ADRESSE ADMINISTRATIVE, RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION ECOLE VINIYOGA DAUPHINE-SAVOIE

DENIS PERRET

1031 route de St Ange
Vарces Allères et Risset
tel: 06 18 24 65 06
mail: perretdenis@aol.com

site web: (informations dates, lieu, ...)
ecoles-viniyoga-formation.com

N° SIRET : 480 234 285 000 33

ELINE TRIPARD

456 route du Mont 74230 SERRAVAL
tel :0627302236
mail : samyama74@gmail.com
<http://massage-yoga74.com/>

POST-FORMATION 2024 – 2027

ECOLE VINIYOGA DAUPHINE-SAVOIE

BULLETIN D'INSCRIPTION A RETOURNER APRES L'ENTRETIEN INDIVIDUEL

NOM _____

PRÉNOM _____

N° _____ RUE _____

CODE POSTAL _____ VILLE _____

TÉLÉPHONE _____

E-MAIL _____

DATE DE NAISSANCE _____

PROFESSION _____

CERTIFICAT D'APTITUDE A L'ENSEIGNEMENT DU YOGA :
DATE D'OBTENTION ET NOM DE L'ECOLE QUI L 'A DELIVRE

Je m'inscris au cycle de post-formation 2024 – 2027 ;
les formateurs ont à cœur d'accompagner tout le processus.

Je joins à mon inscription un acompte de 100 € sur les honoraires de la première année,
chèque libellé à l'ordre de Denis Perret (encaissé au 10 septembre 2024)

Je joins une photo d'identité (ou photocopie de photo)

Date _____ Signature: