

FORMATION 2010 – 2011

Les dates :

09 - 10 octobre 2010
20 - 21 novembre 2010
15 - 16 janvier 2011
19 - 20 février 2011
16 - 17 avril 2011
21 - 22 mai 2011 (séminaire culturel régional ouvert à tous ; lieu à préciser)
18 - 19 juin 2011

Les horaires :

Séminaire résidentiel du samedi 13h15 au dimanche 17h30

Stage national (au choix) :

24 – 27 mars 2011 : stage thématique (47 - Le Temple sur Lot)
28 avril – 01 mai 2011 : stage de spécialisation (06 - La Colle sur Loup)
02 – 05 juin 2011 : Assises de la FFHY (56 - Guidel)
23 - 29 juillet 2011 : stage CRCFI (57 - Bitche)

Le lieu :

UFCV Centre d'Accueil la Plinguetière
Route de Saint-Aignan
44860 Saint-Aignan de Grand-Lieu
Tél. : 02 40 31 07 85
(Sur la D 85, à 12 km au sud de Nantes).

(plan d'accès page suivante)

FORMATION 2010 – 2011

Tarifs formation

Frais annuels de scolarité régionale : 717 €
(règlement par trimestre) + adhésion : 108 € + un stage national.

Tarifs autres participants (par week-end)

Adhérent FFHY : 64 € (75 € les 21 - 22 mai)
Professeur FFHY : 32 € (75 € les 21 - 22 mai)
Non adhérent FFHY : 78 € (85 € les 21 - 22 mai)

Frais de séjour : 46 € / week-end (à confirmer pour les 21 - 22 mai)

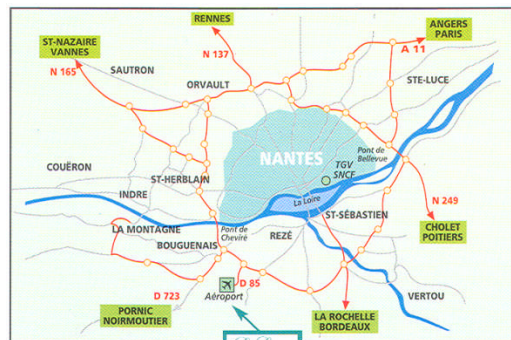
Stages nationaux (hors frais de séjour) :

Stages FFHY : 270 € (non adhérent : 300 €)
Stage CRCFI : 480 €

Inscriptions :

Modalités d'inscription : 2 photos d'identité, un acompte de 110 €

Conditions : avoir plus de 21 ans et 3 ans minimum de pratique avec un professeur.



Le Centre
d'Accueil
la Plinguetière

ACCÈS

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE HATHA YOGA

« L'enseignement du yoga traditionnel »



Antenne – Ouest
(ex EIDYT - Ouest)

FORMATION DE PROFESSEURS DE YOGA 2010 - 2011

Renseignements et inscriptions :

Marie-Françoise VERBIST
48, La Tréлитиèrre
44140 Aigrefeuille-sur-Maine
Tél. : 02 40 06 60 32
Courriel : ffhy-ouest@orange.fr
Site : <http://www.yoga-ouest.com>

En cas d'absence :

Jeannette GUILLEMENOT
Tél. : 02 40 25 23 26
Courriel : b.guillemenot@aliceadsl.fr

Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 11 75 44664 75.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État

LA FFHY

La Fédération Française de Hatha Yoga (FFHY) qui a été fondée par **Sri Mahesh** en 1968 est une Association Loi 1901, statutairement parrainée par le **CRCFI** (Centre de Relations Culturelles Franco-Indien), Association reconnue d'utilité publique.

La **FFHY** s'attache à transmettre l'enseignement du yoga dans le respect de la tradition. Cet enseignement puise dans la pensée de l'Inde les valeurs universelles qui aident l'homme à découvrir sa véritable identité.

La **FFHY** s'interdit toute discussion ou manifestation présentant un caractère politique ou confessionnel, ainsi que l'enseignement du Hatha Yoga dans un but thérapeutique.

L'ANTENNE

La **FFHY – Ouest** est l'antenne, pour la région ouest de la France, de la **FFHY**.

Outre la formation de professeurs de yoga, depuis la fusion de l' **EIDYT** avec la **FFHY** en 2009, elle propose également des manifestations culturelles sur le yoga et la culture indienne et assure le relais de la **FFHY** auprès des personnes qui désirent découvrir ou pratiquer le yoga principalement en Pays de la Loire, Bretagne et Poitou-Charentes.

L'ÉCOLE

L'école locale, créée en 1984 sous le nom d' **EIDYT – Ouest** (École Internationale Du Yoga Traditionnel) prépare au diplôme de professeur de yoga de la **FFHY**. Elle accueille également les pratiquants du yoga souhaitant approfondir leurs connaissances.

En dehors de la formation, elle organise des séminaires de yoga ouverts à tous.

LA FORMATION

L'école assure la formation des professeurs de yoga qui seront reconnus et diplômés par la Fédération Française de Hatha Yoga.

La formation comprend au minimum 330 heures d'études théorique et pratique, réparties sur trois ans, à raison de 7 week-ends et d'un stage national chaque année.

Le stage national permet d'approcher des personnalités indiennes et occidentales dans les domaines spirituel, philosophique et scientifique afin de partager leur expérience.

La formation est sanctionnée par un diplôme fédéral, après la soutenance d'un mémoire.

LE PROGRAMME

Anatomie - Physiologie

Étude des principales fonctions de l'organisme et étude ostéomyologique du corps humain.

Philosophie et tradition

Étude des différents aspects de la pensée indienne, à travers les principaux textes traditionnels (Yoga, Samkhya, Véda, Upanishad, Épopées) et les grands courants religieux.

Connaissance et pratique des postures et des autres techniques traditionnelles du yoga

Étude symbolique et technique des postures ; description des bienfaits et des précautions à respecter ; préparation pédagogique à l'enseignement.

Spécialisations pour la pratique du yoga avec les enfants, les femmes enceintes et les personnes âgées.

Installation professionnelle