



FFHY-Ouest

Programme général des week-ends de formation de professeurs de Yoga

Ces week-ends sont ouverts à tous les pratiquants ayant au moins 3 années d'expérience et désirant approfondir leurs connaissances ou leur technique,

2010-2011

	CULTURE, PHILOSOPHIE, SPIRITUALITE	ETUDE DES TECHNIQUES	ANATOMIE-PHYSIOLOGIE
09-10 Octobre	Chronologie des spiritualités indiennes Les systèmes philosophiques (<i>Darśana</i>) J.F. VERBIST	Construction d'une séance de Yoga La Barrière C. FAY	Généralités sur l'anatomie (1ère année) X. JOURDAIN
20-21 novembre	Le Veda C. FAY	Le Héros, la Tortue C. FAY	Les os et les articulations X. JOURDAIN
15-16 janvier	Le Vedanta Swamini UMANANDA (Chinmaya Mission France)	<i>Pavanmuktāsana</i> , le Crocodile C. FAY	La colonne vertébrale X. JOURDAIN
19-20 février	Les <i>Upaniṣad</i> La <i>Kaṭha Upaniṣad</i> J.F. VERBIST	La salutation au soleil <i>Daṇḍasana</i> C. FAY	Le tronc X. JOURDAIN
16-17 avril	Les <i>Upaniṣad</i> du Yoga C. FAY	Les 6 purifications (<i>Ṣaṭkarma</i>) P. HOUBIN (FFHY-Île-de-France)	Yoga et nutrition ; le végétarisme J.F. VERBIST
21-22 mai (en Vendée)	SEMINAIRE CULTUREL REGIONAL avec : Colette POGGI (Indianiste) et ... (en attente)		
18-19 juin	Le Bouddhisme Laurent DESHAYES (Dr. de l'Université de Nantes, spécialiste du Tibet)	Mantra et Son C. FAY	

Lieu : Saint Aignan de Grand-Lieu (12 km au Sud de Nantes), sauf les 21-22 mai 2011

Renseignements : auprès de Jean-François VERBIST ou sur le site : <http://www.yoga-ouest.com>