

FORMATION INITIALE 400H

SATYA YOGA

FORMATION D'ENSEIGNANT DE YOGA



Présentation

“

Une formation ouverte à toutes et tous .

- *Pratiquants de yoga ayant envie de devenir professeur ou simplement d'approfondir vos connaissances.*
- *Professionnels dans le milieu du yoga, du champ éducatif, artistique, social, para-médical, service à la personne pour développer vos compétences et créer un projet professionnel.*

Cette formation est faite pour vous !

Rejoignez une communauté d'enseignants, de praticiens et de chercheurs en yoga qui partagent les mêmes valeurs .

Réflexivité
Créativité
Engagement
Ecologie corporelle
Emancipation

“

Pourquoi une formation en 2 ans ?

Trop de formations survolent le vaste champ du yoga, à Satya Yoga nous pensons que le temps est un allié précieux pour laisser infuser les contenus, et la pratique. Pour imaginer un projet professionnel selon votre champ d'action.
(utiliser le yoga dans votre milieu professionnel, enseigner dans des studios, monter votre école, ouvrir un éco-lieu en lien avec le yoga...)

- En première année vous allez vous familiariser avec l'histoire du yoga, la pédagogie active adaptée aux adultes et notre vision du corps en mouvement: "Ressentir plutôt que contrôler".
- En deuxième année vous allez entrer un peu plus dans le cœur du sujet yoga et citoyenneté: des projets professionnels engagés.

Vos formatrices [Ananda Ceballos et Magali Darier](#) seront vos co-équipières tout au long de cette formation pour vous apporter les ressources nécessaires à la transmission du yoga comme outil d'émancipation au quotidien.
Une équipe d'intervenants extérieurs viendra apporter son expertise sur des sujets précis.

À PROPOS DE NOUS

Satya Yoga formation est née d'une nécessité à la fois **pédagogique et politique**. Nous voulons travailler ensemble à l'émergence d'une pratique et d'une transmission du yoga à la hauteur des enjeux et de la complexité de notre époque.

- Influencées par la posture de **l'Education Populaire** au service d'une émancipation au quotidien, notre objectif est d'inviter nos stagiaires au questionnement et de participer à la production d'une pensée critique en relation avec l'enseignement du yoga.
- Grâce à l'approche de la **Pédagogie active** nous souhaitons tisser ensemble théorie et pratique, activité intellectuelle et sensibilité, pour faire émerger une forme d'intelligence collective.
- Inspirées des techniques d'**Éducation Somatique** nous envisageons l'enseignement des postures (*āsana*) comme une exploration et une investigation sensorielle plutôt qu'une transmission de formes figées qu'il s'agirait de reproduire.

Capables de mobiliser leurs ressources d'analyse critique et ayant développé une solide culture du débat, les enseignants formés à Satya Yoga seront en mesure de tenir compte de la grande diversité des pratiques actuelles du yoga et d'apporter des réponses créatives et **libres des intérêts corporatifs ou sectaires**.

L'équipe pédagogique

NOS FORMATRICES



ANANDA CEBALLOS
Docteur en philosophie
Formatrice de yoga



MAGALI DARIER
Directrice et formatrice
de Satya Yoga.

Diplômée en Psychologie (Bac +5) par l'Université du Pays Basque et en quête d'une approche thérapeutique à médiation corporelle, je me suis orientée professionnellement vers le yoga à 19 ans. J'ai obtenu d'abord un certificat d'enseignement de l'École de Vinyoga (Barcelone), puis de l'Ecole Française de Yoga (Paris). Ma rencontre avec la danse indienne en 1998 vient enrichir mon approche du corps et du mouvement. Ayant pratiqué pendant douze ans la danse de l'Orissa (*Oḍīśī*), j'ai écrit ma thèse doctorale sur l'articulation entre cet art et l'émergence de la nation indienne indépendante et obtenu le diplôme de Docteur en Philosophie en 2015 par l'Université du Pays Basque.

Je suis formatrice d'enseignants de yoga depuis 2004 dans plusieurs écoles affiliées à la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga (FNEY): École Française de Yoga de Paris, Lyon, Strasbourg et Bordeaux. J'ai enseigné également dans le DU « Yoga et Santé » de l'Université de Nancy et dans le Master d'Art Indien à l'Université Complutense de Madrid. J'écris depuis 2014 la rubrique « Les Perles d'Ananda » dans le magazine « Esprit Yoga ». Formée à la méditation de « pleine conscience » appliquée à l'alimentation, j'ai créée en 2015 YOOME, et co-écrit « Manger Mieux, en pleine conscience », Ed. La Plage (2019). Avec la formation à Satya Yoga je renoue avec le regard sociologique et politique sur le yoga que j'ai reçu de mes parents, enseignants de yoga dans les années 70 en Espagne.

Interprète en danse contemporaine de 1987 à 2015 au sein de Centres Chorégraphiques Nationaux (CCN) et de différentes compagnies professionnelles, j'aime explorer le mouvement sous toutes ses formes. La danse contemporaine m'a ouvert le champ de l'étude du mouvement par l'approche de l'analyse fonctionnelle du corps dans le mouvement dansé (AFCMD). Diplômée d'Etat en 1998 CND (Paris) je commence à enseigner, parallèlement à ma carrière d'interprète, dans le cadre de projets chorégraphiques.

J'intègre l'équipe de formateurs de l'IDFP (Paris) en 2000 pour former les futurs enseignants en danse contemporaine et monte ma propre compagnie "Madeleine et Alfred" avec des projets in situ et 3 créations dont le Solo LN. Je chorégraphie également pour des projets de théâtre avec les compagnies Production du sillon et Fouïc théâtre.

C'est grâce à la danse que je rencontre le yoga dans les années 90 à Berlin avec une Française d'origine polonaise qui me forme durant une année au Haṭha Yoga. N'ayant jamais voulu m'affilier à un aucun studio de yoga j'ai commencé à l'enseigner dès 1998 au sein des compagnies de danse puis en cours particuliers et collectifs. En 2009, je me forme au Vinyasa yoga auprès de Gérard Arnaud. Satya Yoga, le studio naît en 2018 avec l'envie de permettre à chacun d'explorer la notion de corps vivant à travers cette pratique. La rencontre avec Ananda et nos convictions communes sont à l'origine de cette formation.

NOS POINTS FORTS

- Une formation complète et innovante.
- Une formation au service du yoga et citoyenneté.
- Une formation pluridisciplinaire au service d'une meilleure intégration des apprentissages.
- Une nouvelle approche pédagogique de l'enseignement du yoga, expérientielle et dynamique.
- Une équipe expérimentée et qualifiée
- Une formation en petit groupe pour un accompagnement personnalisé

“

Ne vous retirez pas sur la berge où vous recouvriraient lentement la mousse et le limon. Suivez audacieusement le torrent de la vie.

C. Freinet.

आचार्यात् पादमादत्ते पादं शिष्यः स्वमेधया ।
पादं सब्रह्मचरिभ्यः पादं कालक्रमेण च ॥

ācāryāt pādamādatte pādaṁ śiṣyaḥ svamedhayā ।
pādaṁ sabrahmacāribhyaḥ pādaṁ kālakrameṇa ca ॥

*Un étudiant obtient un quart de sa connaissance
de son professeur, un quart de sa propre
intelligence.*

*Un quart par ses camarades de classe et le
dernier quart vient avec le temps. Mahābhārata*



UNE FORMATION À LA HAUTEUR DES ENJEUX ACTUELS

« Personne n'éduque personne, personne ne s'éduque seul, les Hommes s'éduquent ensemble par l'intermédiaire du monde. » P.Freire

- Une formation engagée et résolument tournée vers la société d'aujourd'hui. Un accompagnement à la professionnalisation d'enseignants de yoga qui soit en lien avec les enjeux socioéducatifs contemporains.
- Une formation conçue comme un temps de vivre ensemble avec des temps d'expériences concrètes où les participants sont les co-équipiers des formateurs.
- Une formation interdisciplinaire où des temps de transmission et des temps d'échange libre s'alterneront pour développer la réflexivité des stagiaires.



Satya Yoga formation

Les objectifs généraux

A l'issue de la formation le stagiaire sera en capacité de:

- **Enseigner** le yoga à tous les publics, en cours collectifs et individuels et d'adapter son enseignement aux différentes situations pédagogiques.
- **Construire** des cours, ateliers et stages de yoga thématiques en appliquant les méthodes de la pédagogie active.
- **Pratiquer** et **transmettre** les postures de yoga (āsana) à partir d'une approche du corps nourrie par les savoirs de l'éducation somatique.
- **Aller vers** l'autonomie dans sa pratique du yoga.
- **Se situer** dans le paysage pluriel de la pratique du yoga contemporain.
- **Animer** des débats et des discussions à visée philosophique dans le domaine du yoga, de sa philosophie et de son histoire.
- **S'impliquer** dans une transmission du yoga au service d'un engagement citoyen.

A qui s'adresse cette formation ?

Niveau de connaissance, préalables requis:

Etre majeur

Savoir lire et écrire en Français

Avoir une pratique de yoga régulière depuis plus de 2 ans

Lettre de motivation personnelle et argumentée.

Entretien avec référent pédagogique et/ou un formateur.

Public concerné

Toute personne désireuse d'enseigner et ou d'enrichir ses connaissances en yoga.

Professionnels du champ éducatif, artistique, social, para-médical, ...

Professeurs de yoga désireux de s'initier aux pédagogies actives adaptées au yoga.

**Pour les personnes en situation de handicap souhaitant réaliser cette formation, veuillez prendre contact avec Magali Darier au 0661220052 qui vous proposera un entretien personnalisé permettant d'en définir les possibilités.*

Organisation

Nombre d'heures 400H sur 2 années

10 we par an (1/ mois) + 1 séminaire de 5 jours / an.

Nombre de stagiaires entre 8 et 17.

Tarifs

Préférentiel (auto-financement): 3000€ /an soit 6000€ les 400h

majoration de 20% en cas de financement par une entreprise ou un organisme.

Lieu

Centre de formation Satya Yoga 17 rue de la Fontaine au Roi 75011 Paris

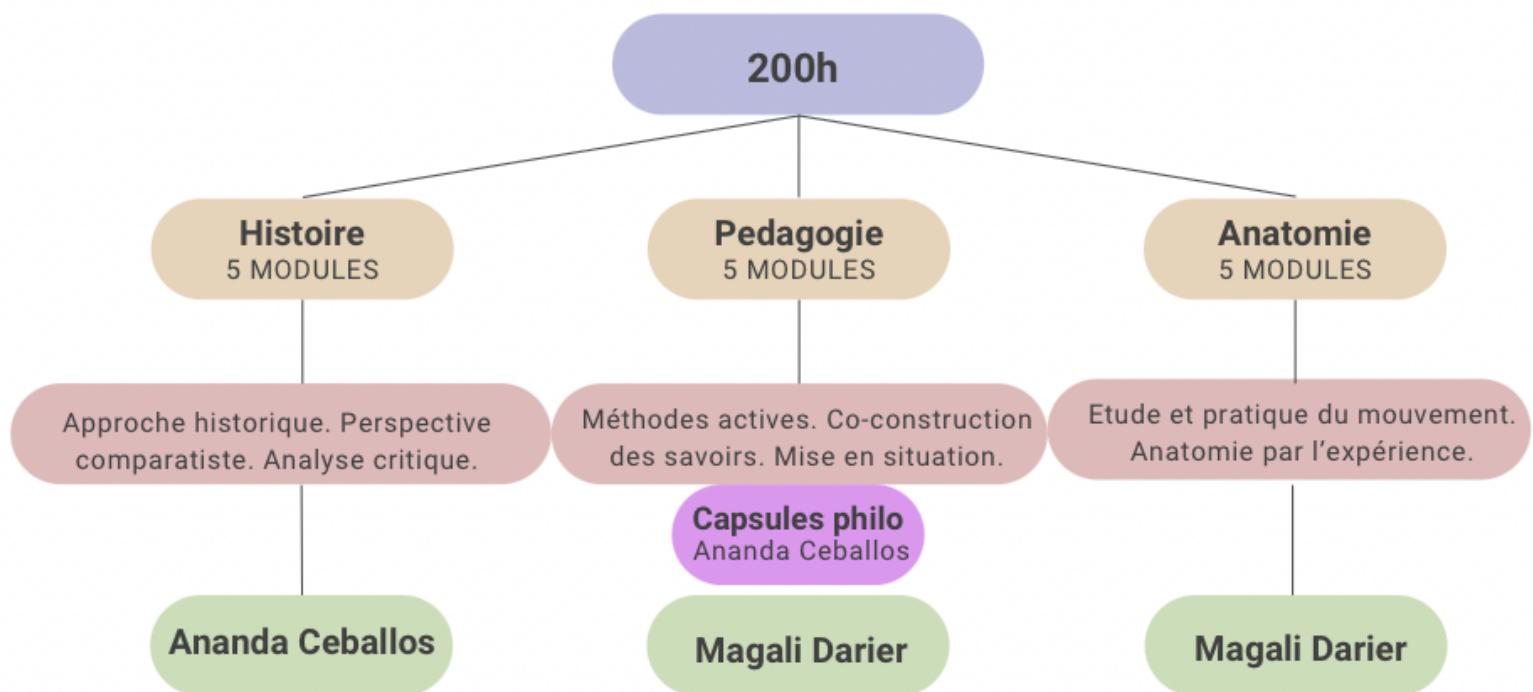
Stage-résidence Moulin de Téssé .

Plan de la formation

Formation de Hatha Yoga alternant l'étude et la pratique d'enchaînements dynamiques et de séquences douces.

- 400h sur 2 années.
- Chaque année se compose de 5 modules déclinés selon 3 axes Histoire-Pédagogie-Anatomie
- 10 week-ends par an + 1 stage -résidence de 5 jours.

Chaque module inclut l'approfondissement des pratiques : posturales, de respiration et de méditation.





Modalités d'évaluation Satya Yoga

Une évaluation des acquis est mise en place tout au long de la formation, selon des critères d'observations définis.

Première année: contrôle continu 50%

- Tout au long de la formation le stagiaire construit son livret de formation qui sera évalué en sa présence par l'équipe pédagogique.
- Une évaluation de construction de projet sera demandée à l'issue de la première année.

Deuxième année certification 50%

- Une mise en situation sera évaluée par un jury composé de professionnels extérieurs à la formation.
- Un projet professionnel devra être présenté et argumenté devant un jury composé de professionnels extérieurs à la formation.



Informations pratiques

Lieu de formation

Satya Yoga 17 rue de la fontaine au Roi Paris 11
M° République/ Goncourt/Parmentier

Contacts :

Administratif : Isabelle Druesne admin@satya-yoga.fr
Pédagogique: Magali Darier.- 0661220052

Dates de la formation 2023 ET 2024

Session 2023/2025 les lundis

De septembre à Juin + 1 stage résidence en juillet

Session 2024/2026. Les We

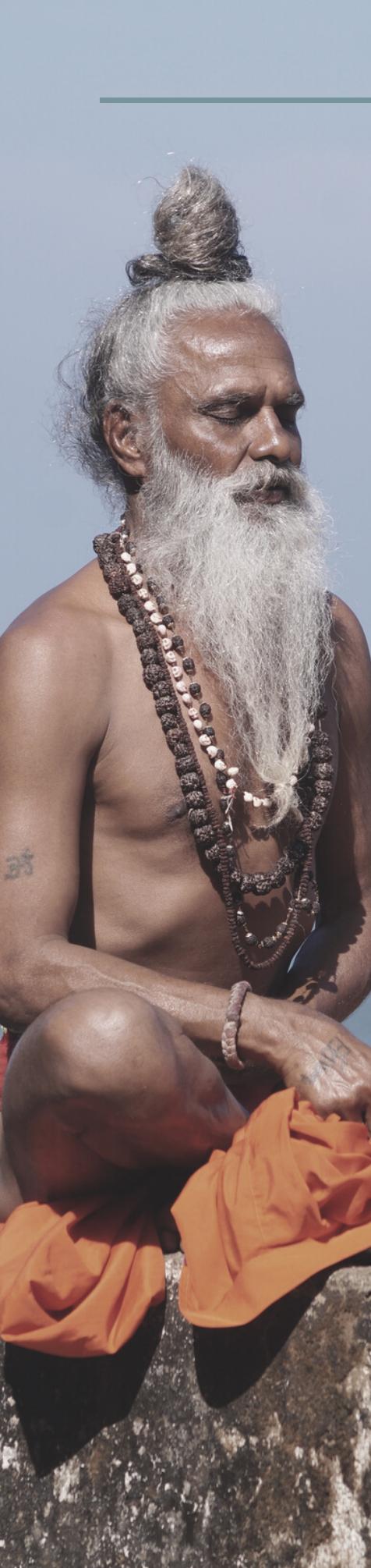
10 we + 1 stage résidence de 5 jours chaque année.
Les dates sont disponibles sur le programme.

Tarifs

Préférentiel (auto-financement): 3000€ /an soit 6000€ les 400h
majoration de 20% en cas de financement par une entreprise ou un organisme.

le tarif comprend:

Les outils mis à disposition du stagiaire.
Les frais liés au séminaire (hébergement nourriture)
L'accès à l'espace étudiant .



Modalités d'inscription. Contacts

Le dossier d'inscription ainsi que les conditions générales de vente et le règlement intérieur sont à demander par e-mail à notre responsable administration:

Isabelle Druesne : admin@satya-yoga.fr