



# ÉCOLE FRANÇAISE DE YOGA

*3 rue Aubriot  
75004 PARIS*

*Tél : 01 42 78 03 05*

*Site web : [ecolefrancaisedeyoga.fr](http://ecolefrancaisedeyoga.fr)*

*E-mail : [info@efy.asso.fr](mailto:info@efy.asso.fr)*

## DOSSIER D'INSCRIPTION 2023-2024



## L'ÉCOLE FRANÇAISE DE YOGA

L'E.F.Y. est née en 1972 et, depuis sa fondation, plus de trois mille étudiants y ont accompli une formation. Son équipe pédagogique a donc l'expérience nécessaire pour permettre à des personnes très différentes d'effectuer un cheminement en toute sécurité.

L'E.F.Y. fait partie d'un vaste ensemble qui comprend d'autres Écoles Françaises de Yoga, régionales, reconnues par la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga, situées à Aix en provence, Lille, Strasbourg, Lyon, Bordeaux, Toulouse, Nantes. Tout cet ensemble se caractérise par son ouverture aux multiples courants, sa recherche de la diversité et du sérieux du Yoga en même temps.

### LES VOCATIONS DE L'E.F.Y.

Elles sont plurielles, car les motivations individuelles pour une pratique approfondie du Yoga sont très diverses. Voici les principales :

- le perfectionnement de la pratique corporelle, le corps étant envisagé comme le médiateur et le véhicule de chacun dans sa globalité,
- le développement personnel : mieux se connaître, découvrir sa propre créativité, accéder à une relation plus aisée avec les autres à l'intérieur de groupes de travail accueillants,
- la remise à jour ou le perfectionnement de connaissances pour une meilleure compréhension de son contexte culturel, professionnel, etc,
- le contact, sans syncrétisme ni imitation, avec les traditions d'Orient, principalement les grands courants de l'hindouisme (mais aussi le bouddhisme, la pensée chinoise ou japonaise),
- la formation à un métier, celui d'enseignant de Yoga, qui exige des repères, des supports techniques, un apprentissage pédagogique.

### LE CONTENU DES COURS

Les 2/3 du temps de formation sont consacrés à la pratique et à la pédagogie du Yoga : reprise et amélioration des postures et de toutes leurs variantes ; exercices respiratoires conduisant à l'expérience du souffle ; développement de la concentration, du lâcher-prise... travail individuel et travail de groupe... ateliers... premiers essais d'enseignement.

Les cours théoriques se répartissent entre anatomie, physiologie, psychologie et psychopédagogie, déontologie, histoire des traditions et des textes sacrés de l'Inde. Tous les enseignants ont des cursus universitaires. La finalité n'est pourtant pas seulement l'acquisition de connaissances, mais la réflexion et l'évolution personnelles.



## LES GRANDES ÉTAPES DU PARCOURS

Les cours théoriques sont répartis en modules ; des évaluations non obligatoires sont proposées par les formateurs. De même, les formateurs en yoga proposent régulièrement des mises en situation d'enseignement et des travaux de réflexion.

En fin de 3<sup>ème</sup> année, une épreuve pratique et pédagogique (environ 30 minutes) porte sur le Yoga (postures et enseignement) : elle est présentée devant un jury présidé par le formateur principal de l'étudiant.

En fin de 4<sup>ème</sup> année, un mémoire est présenté devant l'un des jurys de l'E.F.Y. Il développe, en 30 pages, un sujet personnel en rapport avec le Yoga. Les étudiants bénéficient d'aides pour sa préparation.

Le taux de réussite à la soutenance du mémoire a été de 97 % en 2021. Le taux d'abandon en cours de formation a été de 22 % dans la dernière promotion sortante (2017- 2022).

## LE CERTIFICAT

Au terme des quatre années de présence, et lorsque la scolarité a été assiduellement suivie et les épreuves réussies, l'E.F.Y. décerne son propre certificat de formation auquel s'ajoute le Certificat Professionnel « Enseigner le yoga (CP FFP) », reconnu par Les acteurs de la compétence (anciennement FFP). Ce certificat est inscrit au Répertoire Spécifique.

## DES SERVICES À LA SORTIE DE L'ÉCOLE

Lors de l'inscription à la Fédération Nationale des Enseignants du Yoga, celle-ci, au vu de l'obtention du certificat professionnel, donne une attestation fédérale.

La Fédération guide les nouveaux enseignants dans leurs premières démarches :

- installation,
- organismes auprès desquels se déclarer,
- différents régimes professionnels, etc.

Enfin il existe aussi le Syndicat National des Professeurs de Yoga pour des problèmes plus complexes, et qui exigent une représentation devant certains organismes administratifs, et une éventuelle défense.

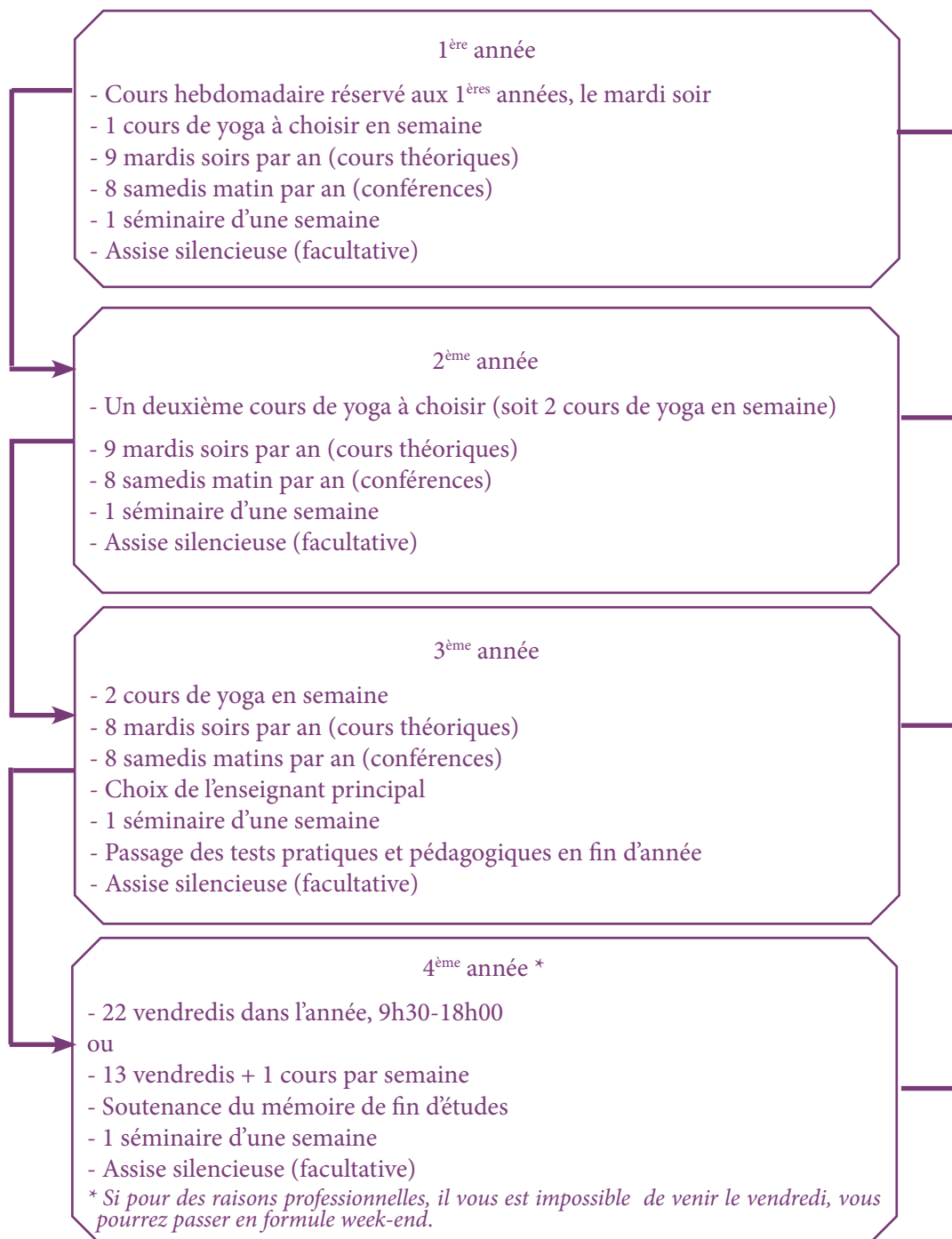
## CONTACT

Pour tout renseignement, vous pouvez contacter le secrétariat du lundi au jeudi de 9h30 à 17h30 et le vendredi de 9h à 15h sans interruption au numéro de téléphone suivant : 01 42 78 03 05 ou via notre formulaire de contact : <https://ecolefrancaisedeyoga.fr/contactez-notre-ecole-de-professeur-de-yoga/>

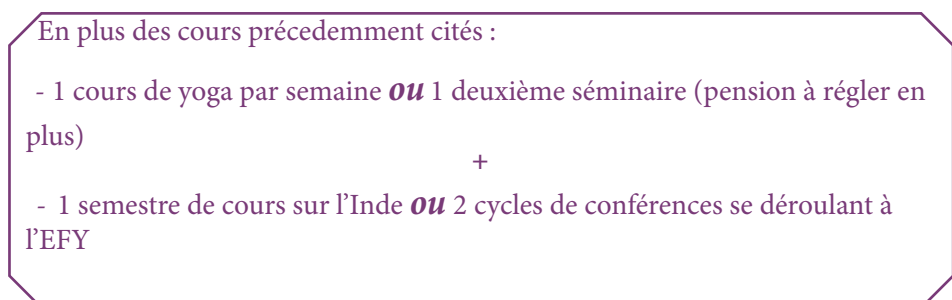


## CURSUS SEMAINE

### FORMULE CLASSIQUE - 900h



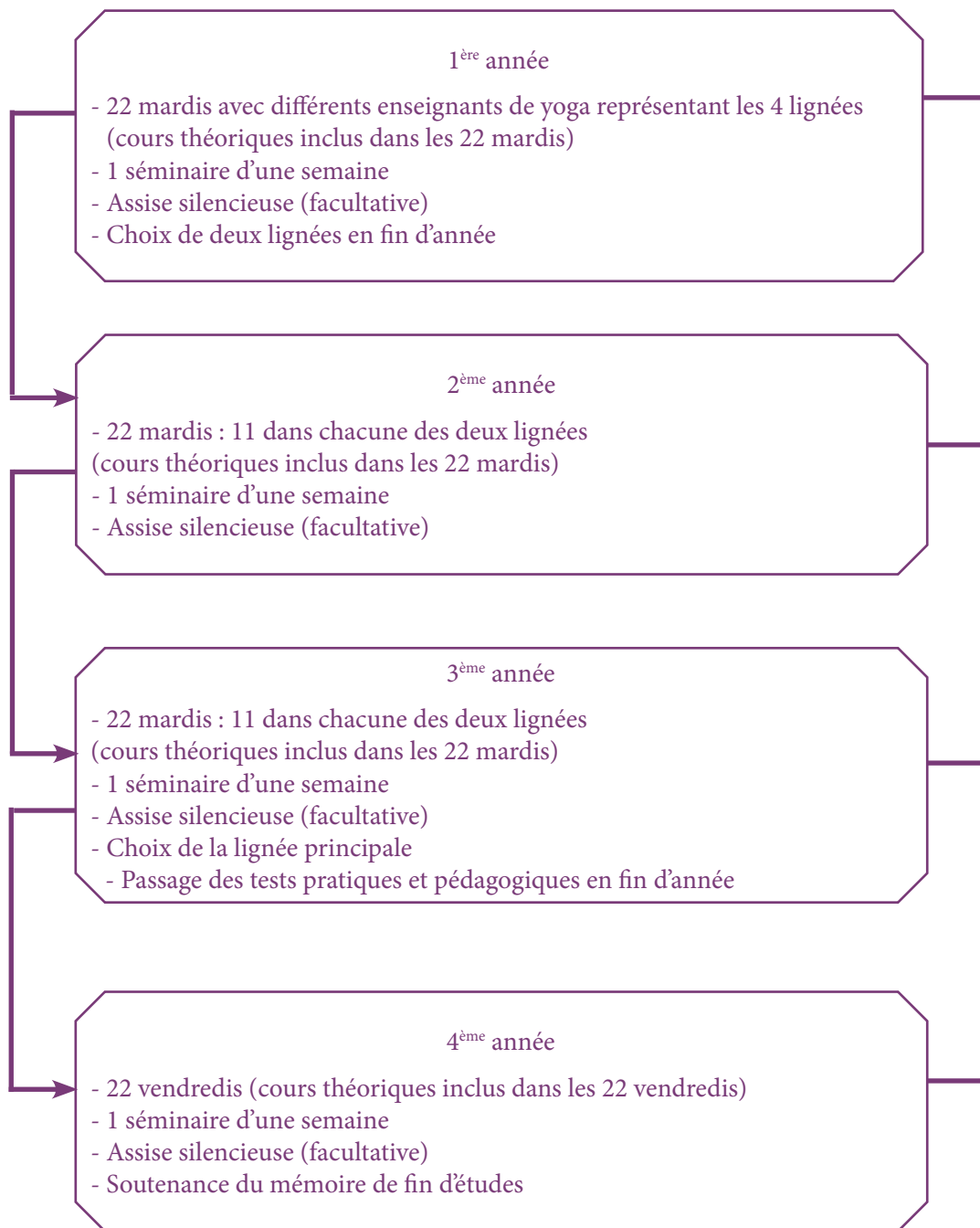
### FORMULE APPROFONDIE - 1150h



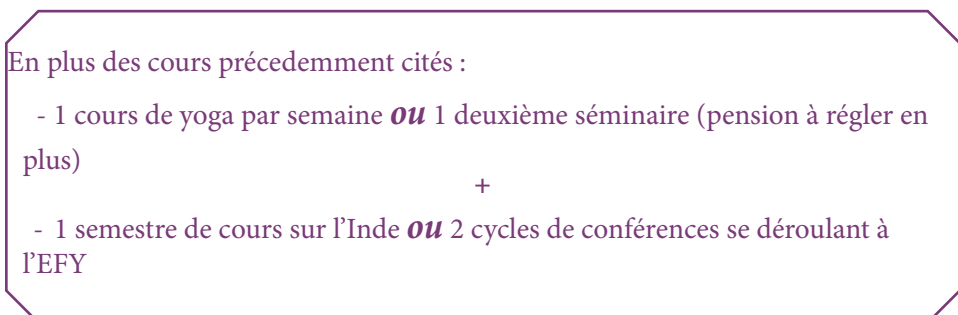


## CURSUS JOUR

### FORMULE CLASSIQUE - 900h



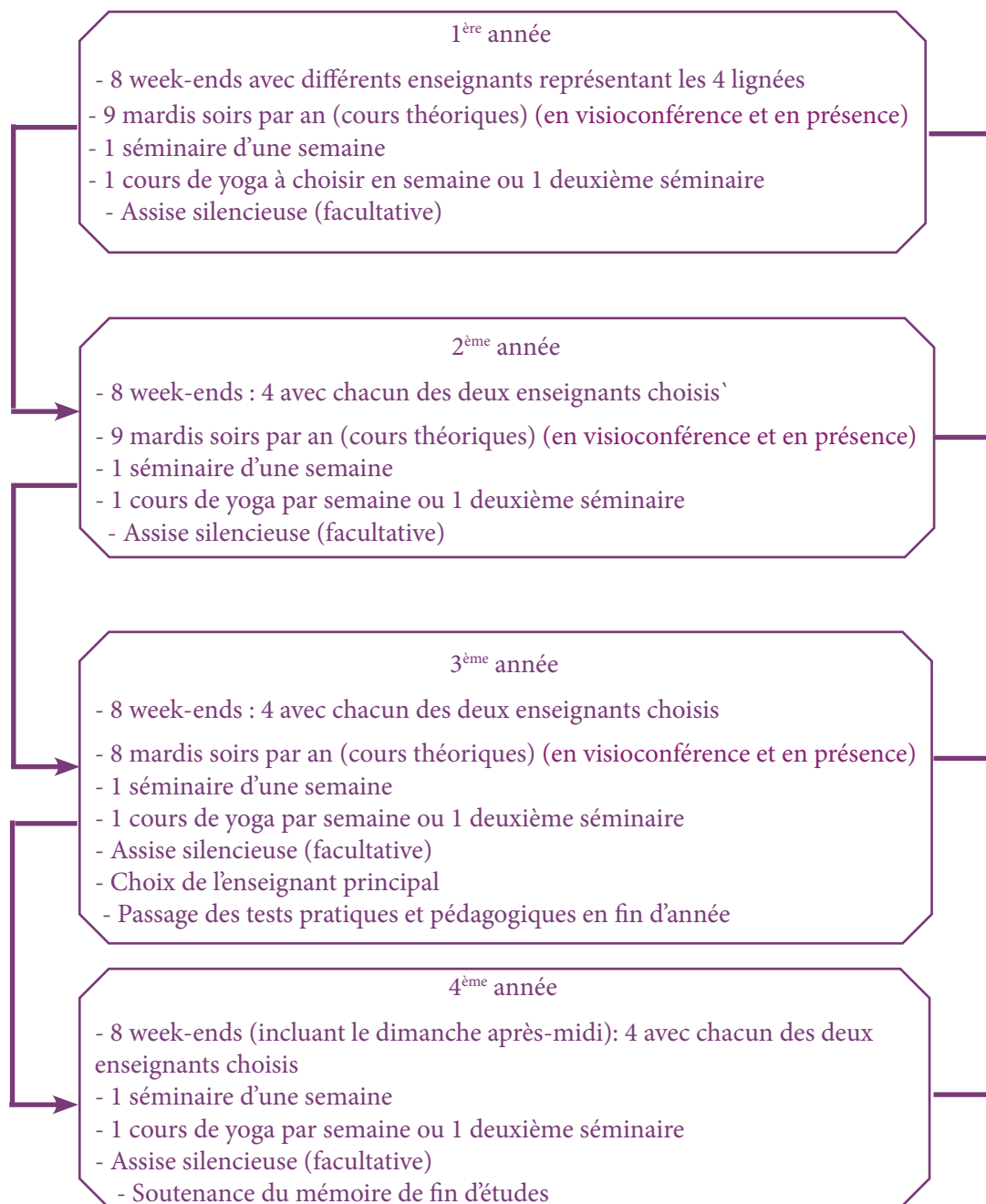
### FORMULE APPROFONDIE - 1150h





## CURSUS WEEK-END

### FORMULE CLASSIQUE - 900h



### FORMULE APPROFONDIE - 1150h

En plus des cours précédemment cités :

- 1 cours de yoga par semaine **ou** 1 deuxième séminaire (pension à régler en plus)

+

- 1 semestre de cours sur l'Inde **ou** 2 cycles de conférences se déroulant à l'EFY



## DOSSIER DE CANDIDATURE

Pour entrer à l'E.F.Y., il vous faut :

- avoir pratiqué régulièrement le Yoga pendant au moins deux années avec un ou plusieurs enseignants et faire remplir par l'un d'entre eux la fiche de parrainage, qui atteste de votre niveau,
- avoir plus de 18 ans,
- disposer de connaissances générales ou d'une formation professionnelle équivalente ou supérieure au niveau du baccalauréat,
- avoir un entretien préliminaire avec la Directrice,
- accomplir un séminaire probatoire d'une durée d'une semaine. Vous trouverez un choix de séminaires probatoires, à Paris ou en régions, à des dates variées, sur notre site web : <https://ecolefrancaisedeyoga.fr/seminaires-efy/seminaires-futur-etudiant>

Vous pouvez présenter votre candidature dès le mois de janvier, surtout si vous voulez faire prendre en charge votre formation par votre entreprise, pour que les organismes professionnels statuent sur votre demande.

La formation à l'EFY est ouverte au public en situation de handicap. Un entretien préalable avec la Directrice, Catherine Le Gallais permettra d'engager les éventuelles adaptations.

### 1 - PIÈCES A FOURNIR POUR LA CONSTITUTION DU DOSSIER

- 1 - le parrainage de votre enseignant,
- 2 - une photocopie de votre carte d'identité,
- 3 - le questionnaire rempli,
- 4 - une lettre de motivation,
- 5 - deux photos d'identité,
- 6 - un droit d'inscription de 50,00 € (**non remboursable**),
- 7 - votre inscription à un séminaire probatoire.

### 2 - ENTRETIEN AVEC LA DIRECTRICE DE L'ÉCOLE

Cet entretien a lieu à l'École. Il vous permet de poser toutes les questions que vous désirez, d'avoir un premier contact personnel, et de prendre conscience du travail que vous aurez à accomplir à l'École. Vous pouvez prendre rendez-vous auprès du secrétariat, mais seulement après avoir remis votre dossier d'inscription, car la Directrice, Catherine Le Gallais, a besoin de consulter celui-ci avant le rendez-vous.



## INFORMATION D'INSCRIPTION

Civilité : Mme  Mr

Nom d'usage : ..... Prénom : .....

Nom de naissance (si différent) ..... Sexe : Féminin  Masculin

Date de naissance : /\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/ ..... Lieu de naissance : .....

Code postal (si en France) : /\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/ Pays de naissance : .....

Adresse : .....

Code postal : /\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/ Ville : .....

Téléphone (Dom) : /\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/ Téléphone (Portable) : /\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_/

Adresse e-mail (impératif pour les échanges avec le secrétariat) : .....

### FORMATION GÉNÉRALE (autre que le yoga)

Études suivies : .....

Diplômes obtenus : .....

Cursus professionnel (vos différents métiers et expériences en ce domaine) : .....

Profession actuelle : .....

Eventuellement, activités culturelles et sportives régulières ; activités bénévoles, humanitaires, etc : .....

Si vous accomplissez (ou avez accompli) certaines démarches de connaissances de soi ou de développement personnel (en individuel, en groupe, par séminaires ou régulièrement), précisez-le ici :





## FORMATION EN YOGA

Quand avez-vous commencé le Yoga ? .....

Avec quel(s) enseignant(s) avez-vous travaillé ? (détaillez en donnant les périodes)

.....  
.....  
.....

Avez-vous déjà fait des stages de Yoga (week-ends, semaines, assises) ? Si oui, où et dans quel cadre ?.....

.....  
.....

Comment avez-vous connu l'E.F.Y. ? .....

.....

Avez-vous déjà été membre d'une association affiliée à la rue Aubriot (U.N.Y.) ? Si oui, laquelle ? .....

.....

## SCOLARITÉ A L'E.F.Y.

Dans quel séminaire probatoire vous êtes-vous inscrit(e) ? .....

.....

Quel cycle choisissez-vous ? :                      classique                       ou                      approfondi

Quel cursus ? :    week-end     semaine     jour

Si vous vous inscrivez en week-end, pensez-vous pouvoir profiter d'un cours de yoga hebdomadaire rue Aubriot ? .....

.....

De quel temps disposez-vous pour votre travail personnel (pratique individuelle du Yoga, révision des cours) ?

.....

.....

Si oui, avez-vous des besoins spécifiques pour suivre la formation? .....

.....

Date : ..... Signature :

**N'oubliez pas de joindre une lettre détaillant vos motivations, votre projet de formation et ce que vous attendez de l'E.F.Y.**

Les informations recueillies à partir de ce formulaire font l'objet d'un traitement informatique destiné à l'École Française de Yoga, pour la ou les finalité(s) suivante(s) : développement personnel & formation à l'enseignement du yoga. Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Vous pouvez accéder aux informations vous concernant en vous adressant à [info@efy.asso.fr](mailto:info@efy.asso.fr). Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant. Pour en savoir plus, consultez vos droits sur le site de la CNIL.



## PARRAINAGE

(à remplir par l'enseignant de Yoga)

Nom de l'enseignant : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

.....

Code postal / \_\_/\_\_/\_\_/\_/\_\_/ Ville : .....

Quelle forme de Yoga enseignez-vous ? .....

.....

.....

Etes-vous membre d'une Fédération de Yoga ? Si oui laquelle ? .....

.....

Veillez indiquer depuis combien de temps : Mr/Mme.....

travaille avec vous et à quelle fréquence il (elle) suit vos cours ? .....

.....

.....

Lui accordez-vous votre parrainage (c'est-à-dire que vous pouvez attester de son niveau suffisant pour une entrée à l'E.F.Y., ce niveau étant estimé à deux ans de pratique régulière minimum) ?

.....

Si vous désirez, vous pouvez nous donner quelques indications supplémentaires sur sa pratique et sa manière de vivre le Yoga : .....

.....

.....

Fait à .....le .....Signature de l'enseignant :

Les informations recueillies à partir de ce formulaire font l'objet d'un traitement informatique destiné à l'Ecole Française de Yoga, pour la ou les finalité(s) suivante(s) : développement personnel & formation à l'enseignement du yoga. Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Vous pouvez accéder aux informations vous concernant en vous adressant à [info@efy.asso.fr](mailto:info@efy.asso.fr). Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant. Pour en savoir plus, consultez vos droits sur le site de la CNIL.



## PRIX DE LA SCOLARITÉ

### TARIFS POUR LES PARTICULIERS

Si votre candidature est acceptée, nous vous enverrons un contrat. Votre inscription sera validée définitivement à réception du contrat signé par vos soins, **accompagné de trois chèques** :

- un chèque de 305 € (à l'ordre de l'EFY) pour **la formation classique** (285 € en acompte équivalent à 1/12<sup>ème</sup> du prix de la formation + la cotisation de 24 € à l'association E.F.Y\*)

**ou**

- un chèque 367 € (à l'ordre de l'EFY) pour **la formation approfondie** (343 € en acompte équivalent à 1/12<sup>ème</sup> du prix de la formation + la cotisation de 24 € à l'association E.F.Y\*)

- un chèque de 37,00 € (à l'ordre de la FNEY) pour l'abonnement annuel obligatoire à la Revue Française de Yoga (deux volumes de 250 à 300 pages chacun) publié par la Fédération Française des Enseignants de Yoga (FNEY)

- un chèque de 48,00 € (à l'ordre de l'UNY) pour l'abonnement annuel obligatoire aux Carnets du Yoga (dix numéros par an) publié par l'Union Nationale de Yoga (UNY)

*\*La cotisation annuelle est valable du 1<sup>er</sup> octobre au 30 septembre de chaque année.*

### TARIF DE LA FORMATION POUR L'ANNÉE 2023-2024

Formation « Classique »	Formation « Approfondi »
3350,00 €	4050,00 €

à compter du 1<sup>er</sup> octobre, vous aurez la possibilité de régler la scolarité :

- en une seule fois par prélèvement au 30/10
- en 3 prélèvements : 15/10 - 15/01-15/04
- en 12 prélèvements (l'acompte indiqué ci-dessus tient lieu de premier versement)

*Conformément à la loi, à compter de la date d'envoi de votre contrat vous bénéficiez d'un délai de rétractation de 14 jours. Toute rétractation intervenant dans ce délai impliquera le remboursement intégral du premier acompte. Ensuite, vous recevrez un document vous demandant de choisir votre rythme de paiement.*

### FORMATION PROFESSIONNELLE

Dans le contexte actuel de profonde mutation de la formation professionnelle, la constitution des dossiers de prise en charge se fera au cas par cas. Pour plus d'information, veuillez consulter notre site web : <https://ecolefrancaisedeyoga.fr/financer-votre-formation-de-professeur-de-yoga-a-lefy/>

### IL EST POSSIBLE...

- de commencer sa scolarité dans une formule, et de continuer dans une autre,
- de faire une année en deux ans, pour marquer une pause si la scolarité est trop lourde (sauf en 3<sup>ème</sup> année week-end),
- de s'arrêter à la fin d'une année : les années faites restent valables trois ans,
- de passer, en fin d'année, d'une école à une autre école de la Fédération.

**Mais tout dépend des places disponibles dans les promotions**



# ÉCOLE FRANÇAISE DE YOGA

*3 rue Aubriot  
75004 PARIS*

*Tél : 01 42 78 03 05*

*Site web : [ecolefrancaisedeyoga.fr](http://ecolefrancaisedeyoga.fr)*

*E-mail : [info@efy.asso.fr](mailto:info@efy.asso.fr)*

**PROGRAMME 2023-2024**  
**1<sup>ère</sup> année semaine, week-end, jour**



## PRÉSENTATION

Lieu de réflexion et de formation, l'EFY a une double vocation : la connaissance de soi et l'apprentissage d'une profession à laquelle le grand public fait appel de plus en plus souvent, l'enseignement du yoga. Elle offre un programme d'études et de recherches dont la qualité a été reconnue par France Compétences. L'EFY bénéficie du label Qualiopi et sa certification « Enseigner le yoga (CP-FFP) » est inscrite au Répertoire Spécifique. Membre de la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga, elle offre depuis presque 50 ans une diversité de courants pédagogiques dans le respect de la liberté de chacun.

Le programme de l'EFY est pluridisciplinaire, parce que le yoga touche à différents domaines. Il répond ainsi au désir de s'instruire dans les domaines qui concernent le corps, la conscience, la culture indienne, les textes traditionnels. Il s'agit non seulement d'améliorer sa pratique, mais de mieux comprendre le contexte social, culturel, professionnel, du yoga grâce à des cours de niveau universitaire. Dans ce but, l'EFY réunit une large équipe d'enseignants aux compétences vérifiées : aux côtés des formateurs en yoga, des historiens, des linguistes et des philosophes, des psychologues et des psychanalystes, des médecins, des kinésithérapeutes et des ostéopathes.

La dimension humaine est au cœur des parcours proposés. Elle s'enracine dans un profond désir de chacun de mieux se connaître, de découvrir sa propre créativité. Elle implique une pédagogie du partage, qu'il soit parlant ou silencieux, et de la relation, à soi-même ou aux autres. Les indispensables repères, supports et apprentissages techniques, sont transmis dans le respect des rythmes différents.

Cette pédagogie, qui s'appuie sur l'observation, l'écoute, le discernement, s'adresse à tous, quelque soit l'orientation envisagée - développement personnel ou perspective professionnelle. Elle requiert de la disponibilité, un engagement ferme et le goût de se risquer à reconnaître d'autres valeurs. En proposant l'intégration des connaissances par l'expérience vécue et la mise en situation, elle met chacun en position d'acteur de sa propre pratique. Elle invite à la maturité et à l'autonomie.

La formation à l'EFY est ouverte au public en situation de handicap. Un entretien préalable permettra d'envisager les éventuelles adaptations.



## SOMMAIRE

Le yoga en 1 <sup>ère</sup> année .....	2
Les cours théoriques et ateliers, les horaires .....	3
<b>Cursus semaine</b> .....	4
✓ Cours 1 <sup>ère</sup> année semaine .....	5
✓ Cours de yoga en semaine .....	6
✓ Plannings des différents cours .....	7
<b>Cursus week-end</b> .....	10
✓ Les 8 week-ends .....	12
✓ Les 9 cours théoriques du mardi soir.....	11
<b>Cursus jour</b> .....	13
✓ Les 22 mardis .....	14
<b>L'assise silencieuse</b> .....	17
<b>Les séminaires</b> .....	18
<b>Formation approfondie</b> .....	19
<b>Les formateurs en yoga</b> .....	20
<b>Les formateurs chargés des cours théoriques et des ateliers</b> .....	21
<b>Prix de la scolarité</b> .....	22
<b>Quelques réponses à vos questions</b> .....	23



## LE YOGA EN PREMIERE ANNÉE : UNE DÉCOUVERTE DE LA DIVERSITÉ

La spécificité de l'E.F.Y, c'est de réunir des formateurs d'horizons différents, d'offrir une ouverture sur des formulations variées du yoga. La première année est un moment privilégié pour « voyager » à travers cette diversité qui est la condition de votre liberté de choix.

### EN SEMAINE...

Vous allez suivre deux cours de yoga :

- Le premier est un cours spécifique aux 1<sup>ères</sup> années, qui a lieu les mardis soirs (voir p. 5), et où alternent cours de yoga dans les différentes pédagogies et exposés sur la Bhagavad-Gîta ; s'y ajoutent quelques séances, libres, d'assise silencieuse.
- Le second est à choisir parmi les cours qui ont lieu dans la semaine (voir p. 6, 7 et 8) ; vous commencez par participer à tous les cours que vous voulez pendant cinq semaines, de la rentrée à la Toussaint : chaque jour si vous en avez le temps, vous venez essayer l'une ou l'autre pédagogie, suivre l'un ou l'autre formateur. Après la Toussaint, on vous demande de vous fixer dans un cours, que vous suivrez régulièrement tout au long de l'année.

### EN WEEK-END...

Au fil des 8 week-ends rue Aubriot, vous prenez contact avec douze formateurs en yoga, qui exposent et font travailler les points spécifiques de leurs pédagogies afin de vous donner des repères. Parmi eux, quatre vont patronner votre promotion, de la 2<sup>ème</sup> à la 4<sup>ème</sup> année comprise ; chacun représente l'une des quatre formes de yoga présentes dans l'EFY. A la fin de la 1<sup>ère</sup> année, vous aurez à choisir entre eux selon le schéma suivant, qui met en rapport les différentes pédagogies :

- Madras/Énergie
- Madras/Le geste méditatif (lignée Farah-Rérolle)
- Hahoutoff/Énergie
- Hahoutoff/Le geste méditatif (lignée Farah-Rérolle)<sup>1</sup>

Il pourrait arriver qu'un choix ne soit pas satisfait, par excès ou par manque de participants. Par précaution, nous demandons donc à chacun d'indiquer sa priorité et nous engageons à toujours la satisfaire. Exemple :

- Pédagogie Énergie : choix n°1, toujours satisfait
- Pédagogie Madras : choix n°2, satisfait autant que possible.

En plus des 8 week-ends, vous avez un cours le mardi soir sur la Bhagavad-Gîta (qui peut-être suivi à distance) et un cours de yoga en semaine, à choisir parmi les cours (voir p. 6; 7 et 8) qui ont lieu dans la semaine, selon les modalités expliquées ci-dessus : une période test de septembre à la Toussaint, puis un cours à suivre toute l'année. Si vous habitez trop loin pour profiter de ce cours, vous pouvez le remplacer par un deuxième séminaire (voir p. 18)

### ... OU EN FORMATION « JOUR » (MARDI)

Là encore une année « en éventail », une année d'ouverture : de mardi en mardi, vous entrez plus profondément dans le langage des quatre pédagogies. A la fin de la 1<sup>ère</sup> année, vous aurez à choisir selon le schéma suivant, différent de celui du week-end :

- Hahoutoff/Madras
- Hahoutoff/Le geste méditatif (lignée Farah-Rérolle)
- Énergie/Madras
- Énergie/ Le geste méditatif (lignée Farah-Rérolle)<sup>1</sup>

*1 Si ces noms ne vous parlent pas pour l'instant, sachez qu'à la fin de la 1<sup>ère</sup> année, vous les aurez identifiés clairement !*



## LES COURS THÉORIQUES ET ATELIERS

Ils se développent de la 1<sup>ère</sup> à la 3<sup>ème</sup> année comprise afin de donner les connaissances fondamentales dans trois grands domaines :

- l'anatomie et la physiologie
- la psychologie et la psycho-pédagogie
- l'histoire des spiritualités indiennes et les grands textes fondateurs du yoga.

Ces cours demandent une participation active de votre part, un travail de lectures et de réflexion pour s'approprier les savoirs et une présence au cours qui permette des échanges. Les enseignants peuvent demander une synthèse écrite ou proposer une auto-évaluation des acquis.

### LES HORAIRES

#### **CURSUS SEMAINE**

- Cours du mardi soir 18h30 à 20h30 ou 21h00 (voir p.5)
- un autre cours dans la semaine ( horaires au choix, voir p.6,7 et 8)
- 8 samedis matins 9h30 – 13h00 (voir p. 9)
- Assise silencieuse (facultative) le mardi de 18h45 - 19h45 (voir p.17)

#### **CURSUS WEEK-END**

##### SAMEDI

- |               |  |
|---------------|--|
| 9h00          | Accueil, règlement des aspects administratifs auprès du secrétariat  |
| 9h30 - 13h00  | Cours théorique avec une coupure vers 11h00. Ces cours sont communs avec la promotion correspondante de semaine. |
| 14h15 - 18h45 | Cours de yoga, avec vos deux formateurs  |
| 19h00 - 19h45 | Assise silencieuse (facultative)   |

##### DIMANCHE

- |              |   |
|--------------|---|
| 8h30 - 13h00 | Cours de yoga, avec vos deux formateurs |
|--------------|---|

##### MARDI

- |               |  |
|---------------|--|
| 18h30 - 20h30 | Cours théorique (en visioconférence et en présence). Ces cours sont communs avec la promotion correspondante de semaine. |
|---------------|--|

(+ 1 cours en semaine - horaires aux choix, voir p. 6, 7 et 8 - ou un séminaire)

#### **CURSUS JOUR**

**1<sup>ère</sup>, 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> année :**

22 mardis :

- |                 |                                  |
|-----------------|----------------------------------|
| - 9h30 - 12h00  | Pratique et pédagogie du yoga    |
| - 13h00 - 15h00 | Cours théoriques                 |
| - 15h30 - 18h00 | Pratique et pédagogie du yoga    |
| - 18h45 - 19h45 | Assise silencieuse (facultative) |

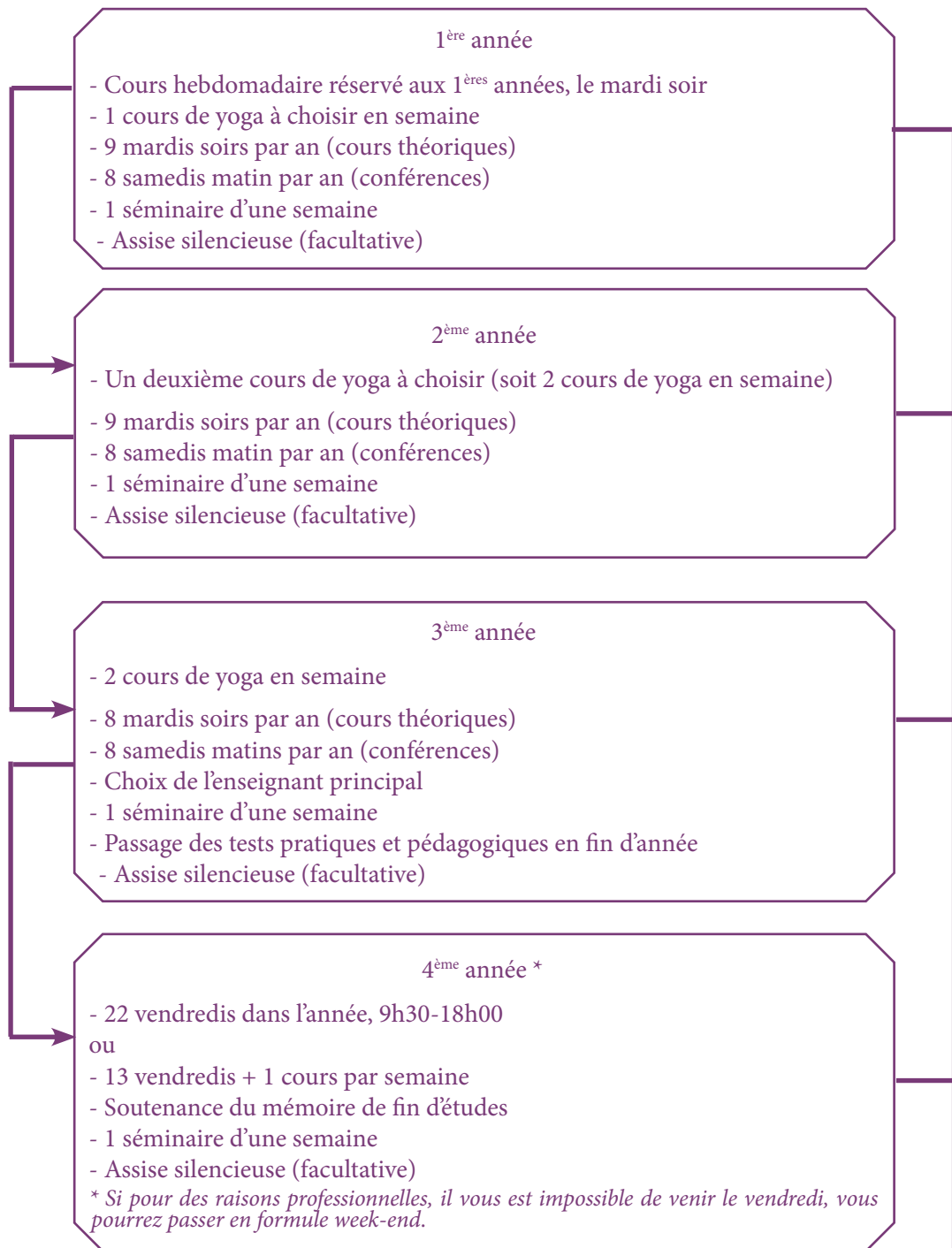
**Attention ! Dans ce cursus, les cours de 4<sup>ème</sup> année ont lieu le vendredi.**





## CURSUS SEMAINE

### FORMULE CLASSIQUE - 900h



### FORMULE APPROFONDIE - 1150h

En plus des cours précédemment cités :

- 1 cours de yoga par semaine **ou** 1 deuxième séminaire (pension à régler en plus)

+

- 1 semestre de cours sur l'Inde **ou** 2 cycles de conférences se déroulant à l'EFY



## COURS 1<sup>ère</sup> ANNEE SEMAINE

### MARDI SOIR

COURS DE YOGA - 18H30 À 21H00 -

CONFÉRENCE SUR LA BHAGAVAD-GITA - 18H30 À 20H30 -

---

#### Octobre

- 3 octobre : YOGA : Gianna DUPONT (Énergie)
- 10 octobre : YOGA : Patrick TOMATIS (Nil Hahoutoff)
- 17 octobre : YOGA : Ananda CEBALLOS (Énergie)

---

#### Novembre

- 7 novembre : YOGA : Pascale BRUN (Le geste méditatif (Lignée Farah-Rérolle))
- 14 novembre : YOGA : Patrick TOMATIS (Nil Hahoutoff)
- 21 novembre : CONFÉRENCE : La Bhagavad-Gita : Gisèle SIGUIER-SAUNÉ
- 28 novembre : YOGA : Sophie PIOLLET (Madras)

---

#### Décembre

- 5 décembre : CONFÉRENCE : La Bhagavad-Gita : Gisèle SIGUIER-SAUNÉ
- 12 décembre : YOGA : Félicia NARBONI (Le geste méditatif (Lignée Farah-Rérolle))
- 19 décembre : CONFÉRENCE : La Bhagavad-Gita : Gisèle SIGUIER-SAUNÉ

---

#### Janvier

- 9 janvier : YOGA : Stéphanie LAGARDE-DEROUICHE (Madras)
- 16 janvier : CONFÉRENCE : La Bhagavad-Gita : Gisèle SIGUIER-SAUNÉ
- 23 janvier : YOGA : Gianna DUPONT (Énergie)
- 30 janvier : YOGA : Laura GIOVANELLA (Nil Hahoutoff)

---

#### Février

- 6 février : CONFÉRENCE : La Bhagavad-Gita : Gisèle SIGUIER-SAUNÉ
- 27 février : YOGA : Ananda CEBALLOS (Énergie)

---

#### Mars

- 5 mars : YOGA : Félicia NARBONI (Le geste méditatif (Lignée Farah-Rérolle))
- 12 mars : YOGA : Ananda CEBALLOS (Énergie)
- 19 mars : YOGA : Sophie PIOLLET (Madras)
- 26 mars : CONFÉRENCE : La Bhagavad-Gita : Gisèle SIGUIER-SAUNÉ

---

#### Avril

- 2 avril : YOGA : Pascale BRUN (Le geste méditatif (Lignée Farah-Rérolle))
- 23 avril : YOGA : Laura GIOVANELLA (Nil Hahoutoff)
- 30 avril : YOGA : Félicia NARBONI (Le geste méditatif (Lignée Farah-Rérolle))

---

#### Mai

- 14 mai : CONFÉRENCE : La Bhagavad-Gita : Gisèle SIGUIER-SAUNÉ
- 21 mai : YOGA : Sophie PIOLLET (Madras)
- 28 mai : CONFÉRENCE : La Bhagavad-Gita : Gisèle SIGUIER-SAUNÉ

---

#### Juin

- 4 juin : YOGA : Laura GIOVANELLA (Nil Hahoutoff)
- 18 juin : YOGA : Stéphanie LAGARDE-DEROUICHE (Madras)

---

#### Juillet

- 2 juillet : YOGA : Ananda CEBALLOS (Énergie)



## COURS DE YOGA EN SEMAINE

### Début des cours : à partir du lundi 18 septembre 2023

Certains cours ont lieu chaque semaine. D'autres ont une durée double d'un cours normal parce qu'ils n'ont lieu que 2 fois par mois (voir planning p. 7-8).

Ananda CEBALLOS - Gianna DUPONT : Yoga de l'Énergie

Patrick TOMATIS - Laura GIOVANELLA - Anne ULPAT : Enseignement de Nil Hahoutoff

Stéphanie LAGARDE-DEROUCHE - Isabelle MORIN-LARBEY - Sophie PIOLLET - Patrick TARGA : École de Madras

Pascale BRUN - Delphine MATHÉ - Félicia NARBONI : Le geste méditatif (lignée Farah-Rérolle)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
9h30 - 12h30 Ananda CEBALLOS (2 fois par mois, voir planning ci-joint) 1 <sup>er</sup> cours : 18 septembre	18h30 - 21h00 « Voyage à travers les yogas »  20 cours animés par des enseignants représentant les différentes approches du yoga (cours réservés aux 1 <sup>ère</sup> années semaine) 1 <sup>er</sup> cours : 3 octobre	9h30 - 12h30 Patrick TOMATIS (2 fois par mois, voir planning ci-joint) 1 <sup>er</sup> cours : 29 septembre	9h30- 12h30 Félicia NARBONI et Delphine MATHÉ (2 fois par mois, voir planning ci-joint) 1 <sup>er</sup> cours : 28 septembre
12h30 - 15h30 Patrick TOMATIS et Anne ULPAT (2 fois par mois, voir planning ci-joint) 1 <sup>er</sup> cours : 18 septembre		16h30 - 18h30 Gianna DUPONT 1 <sup>er</sup> cours : 20 septembre	17h45 - 20h45 Isabelle MORIN-LARBEY Sophie PIOLLET et Patrick TARGA (2 fois par mois, voir planning ci-joint) 1 <sup>er</sup> cours : 21 septembre
18h00 - 21h00 Stéphanie LAGARDE-DEROUCHE (2 fois par mois, voir planning ci-joint) 1 <sup>er</sup> cours : 18 septembre		18h30 - 20h30 Gianna DUPONT 1 <sup>er</sup> cours : 20 septembre	
18h30 - 20h30 Patrick TOMATIS 1 <sup>er</sup> cours : 18 septembre		19h30 - 21h30 Pascale BRUN 1 <sup>er</sup> cours : 20 septembre	18h30 - 20h30 Laura GIOVANELLA 1 <sup>er</sup> cours : 21 septembre



**PLANNING DU COURS**

**d'Ananda CEBALLOS**

**Lundi 9h30 – 12h30**

- 18 septembre	- 18 décembre	-22 avril
- 25 septembre	- 15 janvier	- 13 mai
- 9 octobre	- 29 janvier	- 20 mai
- 6 novembre	- 26 février	- 27 mai
- 20 novembre	- 11 mars	- 10 juin
- 4 décembre	- 25 mars	- 24 juin

**PLANNING DU COURS**

**de Patrick TOMATIS et Anne ULPAT**

**lundi 12h30 – 15h30**

- 18 septembre	- 11 décembre	- 22 avril
- 2 octobre	- 8 janvier	- 13 mai
- 16 octobre	- 22 décembre	- 27 mai
- 6 novembre	- 5 février	- 3 juin
- 13 novembre	- 26 février	- 10 juin
- 27 novembre	- 18 mars	- 24 juin

**PLANNING DU COURS**

**de Stéphanie LAGARDE-DEROUICHE**

**Lundi 18h00 – 21h00**

- 18 septembre	- 18 décembre	- 22 avril
- 25 septembre	- 15 janvier	- 6 mai
- 9 octobre	- 29 janvier	- 27 mai
- 6 novembre	- 26 février	- 3 juin
- 20 novembre	- 11 mars	- 10 juin
- 4 décembre	- 25 mars	- 24 juin



**PLANNING DU COURS**

**de Patrick TOMATIS**

**Mercredi 9h30 – 12h30**

- |                |              |           |
|----------------|--------------|-----------|
| - 20 septembre | - 10 janvier | - 3 avril |
| - 4 octobre    | - 24 janvier | - 15 mai  |
| - 18 octobre   | - 7 février  | - 29 mai  |
| - 15 novembre  | - 28 février | - 5 juin  |
| - 29 novembre  | - 6 mars     | - 12 juin |
| - 13 décembre  | - 20 mars    | - 26 juin |

**PLANNING DU COURS**

**de Delphine MATHÉ et Félicia NARBONI**

**Jeudi 9h30 – 12h30**

- |                |                           |           |
|----------------|---------------------------|-----------|
| - 28 septembre | - 21 décembre             | - 6 avril |
| - 12 octobre   | - 18 janvier              | - 2 mai   |
| - 19 octobre   | - 1 <sup>er</sup> février | - 16 mai  |
| - 9 novembre   | - 29 février              | - 30 mai  |
| - 23 novembre  | - 14 mars                 | - 13 juin |
| - 7 décembre   | - 28 mars                 | - 27 juin |

**PLANNING DU COURS**

**d'Isabelle MORIN-LARBÉY, Sophie PIOLLET et Patrick TARGA**

**Jeudi 17h45 – 20h45**

- |   |  |
|---|--|
| - 21 septembre.....Sophie PIOLLET       | - 18 janvier.....Isabelle MORIN-LARBÉY       |
| - 5 octobre.....Isabelle MORIN-LARBÉY   | - 1 <sup>er</sup> février .....Patrick TARGA |
| - 12 octobre .....Patrick TARGA         | - 8 février .....Isabelle MORIN-LARBÉY       |
| - 19 octobre .....Sophie PIOLLET        | - 7 mars .....Sophie PIOLLET                 |
| - 9 novembre .....Isabelle MORIN-LARBÉY | - 21 mars .....Patrick TARGA                 |
| - 23 novembre .....Sophie PIOLLET       | - 28 mars .....Sophie PIOLLET                |
| - 7 décembre.....Isabelle MORIN-LARBÉY  | - 25 avril.....Patrick TARGA                 |
| - 14 décembre.....Patrick TARGA         | - 2 mai .....Sophie PIOLLET                  |
| - 11 janvier.....Patrick TARGA          | - 30 mai .....Isabelle MORIN-LARBÉY          |



**CONFÉRENCES DU SAMEDI MATIN 9H30-13H00**  
**(en commun avec la promotion 1<sup>ère</sup> année week-end)**

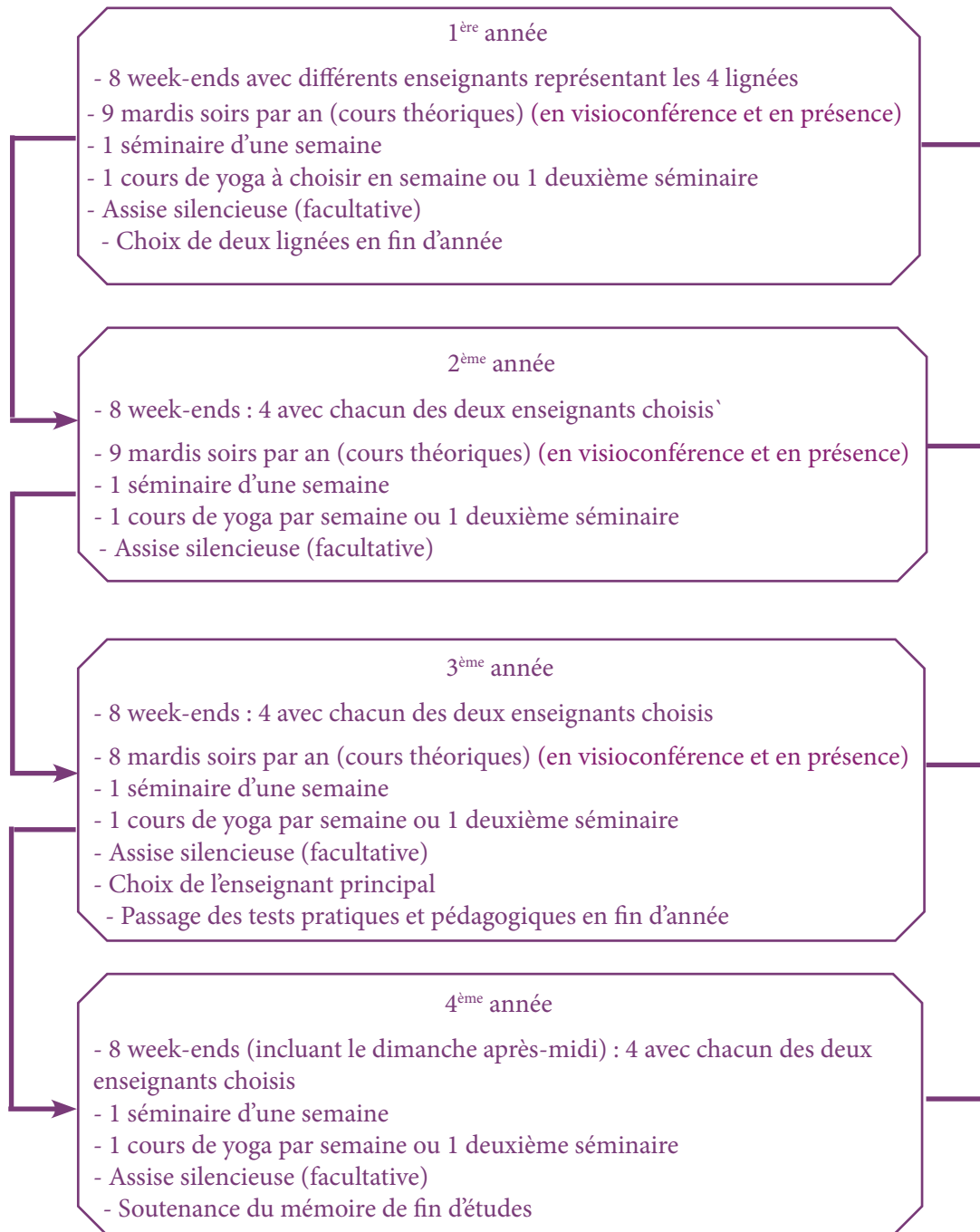
**Forum d'information avec Catherine Le Gallais et Ysé Masquelier :**  
**Samedi 18 novembre de 13h à 15h, autour d'un buffet**

Dates	Conférenciers	Disciplines
18 novembre	Gisèle SIGUIER SAUNÉ	Histoire de l'hindouisme
16 décembre	Gisèle SIGUIER SAUNÉ	Histoire de l'hindouisme
20 janvier	Joelle VALAY	Connaissance de soi
9 mars	Joelle VALAY	Connaissance de soi
6 avril	Alice CONVERT	Anatomie
18 mai	Alice CONVERT	Anatomie
8 juin	Alice CONVERT	Anatomie
29 juin	Alice CONVERT	Anatomie



## CURSUS WEEK-END

### FORMULE CLASSIQUE - 900h



### FORMULE APPROFONDIE - 1150h

En plus des cours précédemment cités :

- 1 cours de yoga par semaine **ou** 1 deuxième séminaire (pension à régler en plus)

+

- 1 semestre de cours sur l'Inde **ou** 2 cycles de conférences se déroulant à l'EFY



## LES 8 WEEK-ENDS

Horaires des week-ends (voir p.3)

Vous y ajoutez :

- un cours de yoga en semaine (voir p. 6, 7, et 8) ou un deuxième séminaire
- 9 cours théoriques le mardi soir (voir p.12)

---

- 18 et 19 novembre\*

### **CONFÉRENCE DU SAMEDI MATIN**

Histoire de l'hindouisme : Gisèle SIGUIER-SAUNÉ

### **YOGA**

Boris TATZKY

Patrick TOMATIS

\*Exceptionnellement le samedi, entre 13h et 15h aura lieu le forum de rentrée, autour d'un buffet; les horaires de cours de yoga du samedi après-midi seront de 15h à 19h30.

---

- 16 et 17 décembre

### **CONFÉRENCE DU SAMEDI MATIN**

Histoire de l'hindouisme : Gisèle SIGUIER-SAUNÉ

### **YOGA**

Cristina SOSA

Régis VEREECKE

---

- 20 et 21 janvier

### **CONFÉRENCE DU SAMEDI MATIN**

Connaissance de soi : Joelle VALAY

### **YOGA**

Catherine MASSON

Isabelle MORIN-LARBÉY

---

- 9 et 10 mars

### **CONFÉRENCE DU SAMEDI MATIN**

Connaissance de soi : Joelle VALAY

### **YOGA**

Pascale BRUN

Boris TATZKY





---

- 6 et 7 avril

**CONFÉRENCE DU SAMEDI MATIN**

Anatomie : Alice CONVERT

**YOGA**

Catherine MASSON

Frédérique VALOUR

---

- 18 et 19 mai

**CONFÉRENCE DU SAMEDI MATIN**

Anatomie : Alice CONVERT

**YOGA**

Sylvie MASSART

Cristina SOSA

---

- 8 et 9 juin`

**CONFÉRENCE DU SAMEDI MATIN**

Anatomie : Alice CONVERT

**YOGA**

Annie HAMELIN

Régis VEREECKE

---

- 29 et 30 juin

**CONFÉRENCE DU SAMEDI MATIN**

Anatomie : Alice CONVERT

**YOGA**

Isabelle BLANCHARD-TEISSIER

Christine VILLIERS

---

**LES 9 COURS THÉORIQUES DU MARDI SOIR**

**18H30 À 20H30**

**CONFÉRENCE SUR LA BHAGAVAD-GITA  
avec GISELE SIGUE SAUNÉ**

(en visioconférence et en présence)

- 21 novembre

- 5 décembre

-19 décembre

- 16 janvier

- 16 février

- 26 mars

- 14 mai

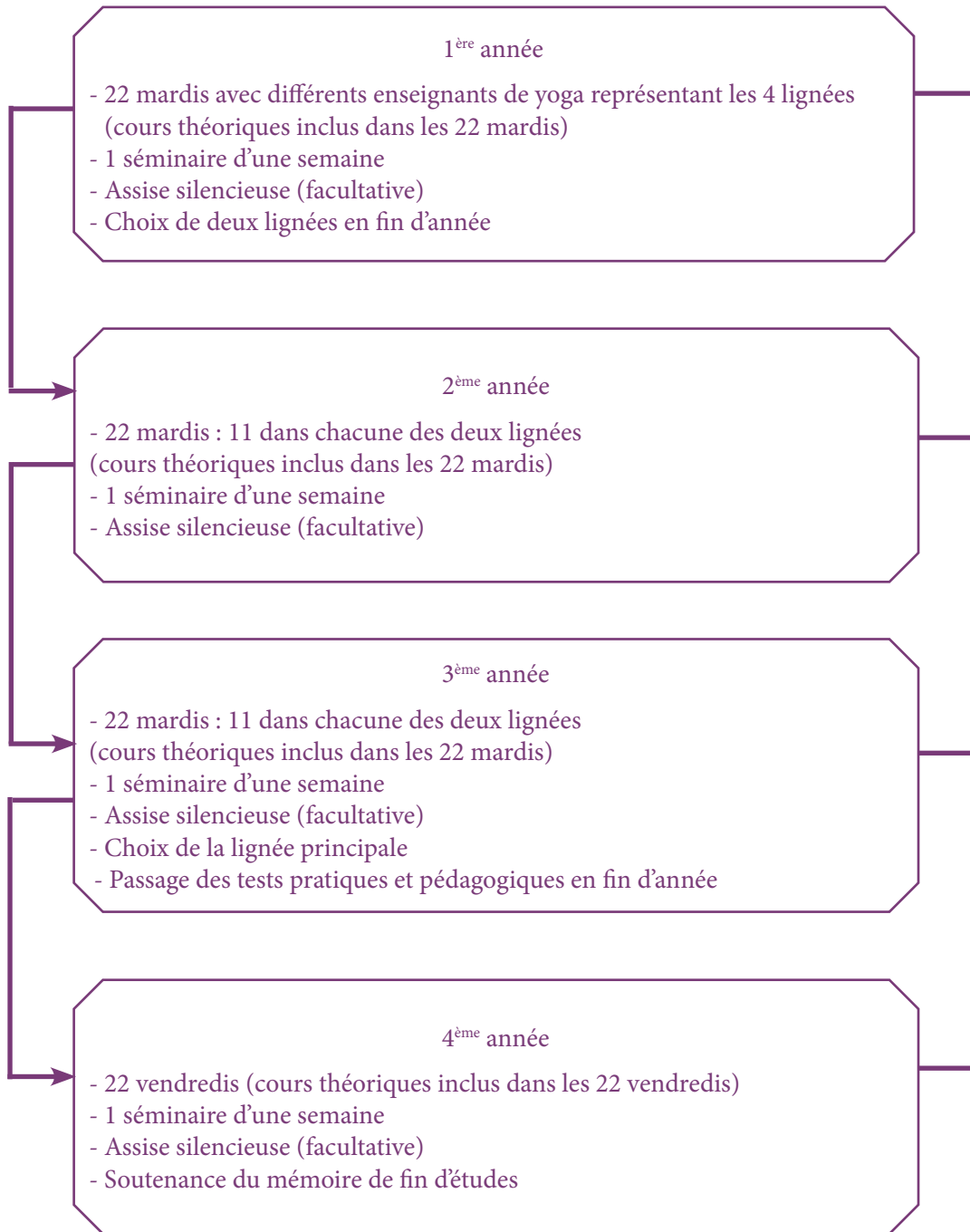
- 21 mai

- 28 mai



## CURSUS JOUR

### FORMULE CLASSIQUE - 900h



### FORMULE APPROFONDIE - 1150h

En plus des cours précédemment cités :

- 1 cours de yoga par semaine **ou** 1 deuxième séminaire (pension à régler en plus)
- 1 semestre de cours sur l'Inde **ou** 2 cycles de conférences se déroulant à l'EFY



## LES 22 MARDIS

Horaires des mardis (voir p.3)

---

- 7 novembre

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Histoire de l'hindouisme : Liliane CATTALANO

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 14 novembre

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Anatomie : Christophe PASTEUR

YOGA : Delphine MATHÉ

---

- 21 novembre

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Histoire de l'hindouisme : Liliane CATTALANO

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 28 novembre

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Anatomie : Christophe PASTEUR

YOGA : Delphine MATHÉ

---

- 5 décembre

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Anatomie : Christophe PASTEUR

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 12 décembre

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Histoire de l'hindouisme : Liliane CATTALANO

YOGA : Delphine MATHÉ



- 19 décembre

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Anatomie : Christophe PASTEUR

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 9 janvier

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Histoire de l'hindouisme : Liliane CATTALANO

YOGA : Delphine MATHÉ

---

- 16 janvier

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Histoire de l'hindouisme : Liliane CATTALANO

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 23 janvier

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Anatomie : Christophe PASTEUR

YOGA : Delphine MATHÉ

---

- 30 janvier

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Yoga Sutra : Silvia D'INTINO

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 6 février

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Yoga Sutra : Silvia D'INTINO

YOGA : Delphine MATHÉ

---

- 12 mars

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Yoga Sutra : Silvia D'INTINO

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 19 mars

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Yoga Sutra : Silvia D'INTINO

YOGA : Delphine MATHÉ

---



- 26 mars

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Yoga Sutra : Silvia D'INTINO

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 2 avril

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Yoga Sutra : Silvia D'INTINO

YOGA : Delphine MATHÉ

---

- 7 mai

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Yoga Sutra : Silvia D'INTINO

YOGA : Delphine MATHÉ

---

- 14 mai

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Yoga Sutra : Silvia D'INTINO

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 21 mai

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Yoga Sutra : Silvia D'INTINO

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 28 mai

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Connaissance de soi : Joelle VALAY

YOGA : Delphine MATHÉ

---

- 4 juin

YOGA : Anne ULPAT

CONFÉRENCE : Connaissance de soi : Joelle VALAY

YOGA : Sophie PIOLLET

---

- 18 juin

YOGA : Marie FORDACQ

CONFÉRENCE : Connaissance de soi : Joelle VALAY

YOGA : Delphine MATHÉ



## PLANNING DE L' ASSISE SILENCIEUSE

Ces séances sont libres (pas d'inscription préalable, pas d'obligation de venir régulièrement). La seule règle : arriver avant le début de la séance, après il ne sera plus possible d'entrer dans la salle.

Toutes les promotions, quels que soient le cursus ou l'année, sont invitées à participer à cette expérience qui prépare à la méditation.

### Mardi 18h30 – 19h30

- |  |                            |
|--|----------------------------|
| - 14 novembre .....A. CEBALLOS         | - 12 mars ..... S. PIOLLET |
| - 5 décembre .....S. LAGARDE DEROUICHE | - 14 mai..... F. NARBONI   |
| - 23 janvier .....A. CEBALLOS          |                            |

### Samedi 19h00 – 19h45

- |                              |                                       |
|------------------------------|---------------------------------------|
| - 4 novembre .....A. HAMELIN | - 9 mars..... P. BRUN                 |
| - 25 novembre.....F. VALOUR  | - 16 mars ..... I. BLANCHARD-TEISSIER |
| - 9 décembre .....C.VILLIERS | - 23 mars ..... R. VEREECKE           |
| - 16 décembre .....C. SOSA   | - 6 avril ..... C. SOSA               |
| - 6 janvier.....P. TOMATIS   | - 13 avril ..... F. VALOUR            |
| - 13 janvier .....S. MASSART | - 11 mai..... C.VILLIERS              |
| - 20 janvier .....C. MASSON  | - 18 mai.....S. MASSART               |
| - 3 février .....P. BRUN     | - 25 mai.....P. TOMATIS               |
| - 10 février .....C. MASSON  | - 8 juin ..... A. HAMELIN             |



## LES SÉMINAIRES

Un choix d'une trentaine de séminaire vous sera proposé. Ils ont lieu rue Aubriot ou en régions, dans des endroits pleins de charme, pendant les vacances d'hiver, de printemps, d'été ou de Toussaint. Ils traitent de toutes sortes de thématiques importantes dans le champ du yoga et fonctionnent en duo : un formateur/un conférencier.

### **AVANT L'ENTRÉE À L'EFY : LE SÉMINAIRE PROBATOIRE**

Il vous permet d'apprécier l'esprit de l'École, de rencontrer des formateurs, des conférenciers, des étudiants et des anciens de l'EFY – et de vérifier votre motivation à vous engager dans la formation.

Vous allez faire l'expérience d'une pratique intensive, en toute sécurité, accompagnée de temps de dialogue. A l'issue du séminaire probatoire, le formateur responsable donne une appréciation sur votre travail et votre niveau pratique.

**Le prix du séminaire probatoire n'est pas compris dans le tarif de la scolarité de première année.**

Des dérogations sont possibles dans quelques cas exceptionnels, à voir avec la direction de l'École. Les personnes qui entrent à l'EFY sans séminaire probatoire sont en période d'essai jusqu'aux vacances de Noël.

### **LE SÉMINAIRE ANNUEL**

Chaque année comporte un séminaire d'une semaine. Il sera validé par une fiche d'appréciation. Le séminaire annuel est obligatoire, et il vous sera demandé de le rattraper si vous ne l'avez pas fait. Le prix du séminaire est inclus dans la scolarité. Il fera l'objet d'un complément s'il est réalisé en dehors de la rue Aubriot. Le montant de ce complément est indiqué clairement pour chaque séminaire sur le site web.

En cas de désistement, les séminaires annuels compris dans la scolarité peuvent être rattrapés l'année suivante si les règles de désistement (voir sur le bulletin d'inscription) sont respectées ou si l'annulation est motivée et justifiée. Dans le cas contraire, si un centre de séjour nous a facturé des frais parce que nous n'avons pas pu vous trouver un remplaçant, des frais de dédit vous seront facturés.

Pour les séminaires ayant lieu rue Aubriot une pénalité de 100 € sera demandée si nous n'avons pas pu vous trouver un remplaçant.

### **LE DEUXIÈME SÉMINAIRE EN REMPLACEMENT D'UN COURS HEBDOMADAIRE**

*(Formation week-end ou approfondie uniquement)*

Cette possibilité est réservée à celles et ceux qui habitent trop loin pour pouvoir venir régulièrement rue Aubriot en-dehors des huit week-ends ou bien à ceux qui sont en formation approfondie et qui ne peuvent suivre le ou les cours hebdomadaires.

A titre de dédommagement, l'École vous offre l'enseignement dans un deuxième séminaire, à charge pour vous de régler l'intégralité du prix de la pension (à voir avec le secrétariat). Si ce deuxième séminaire est fait rue Aubriot, vous n'aurez rien à régler.

### **RÈGLES D'INSCRIPTION**

Nous regrettons, pour des raisons pratiques, de ne pouvoir retenir de place dans un séminaire par téléphone ou par mail, mais **uniquement par courrier accompagné du règlement.**

**Dans tous les cas, respectez bien les règles d'inscription et de désistement indiquées sur le bulletin d'inscription.**



## FORMATION APPROFONDIE

La formation approfondie est une option personnelle, qui vous permet d'avoir accès à un programme renforcé, mais qui prépare aux mêmes examens que la formation classique. Vous pouvez choisir cette formule au début de l'une ou l'autre des 4 années du cursus et revenir ensuite à la formation classique l'année suivante.

Pour aller plus loin, la formation approfondie, c'est, en plus de la formation classique :

### PLUS DE YOGA

- un cours de yoga supplémentaire chaque semaine (ce qui vous permet d'avoir deux cours de yoga par semaine si vous êtes en cursus week-end, trois cours si vous êtes en cursus semaine ou un cours par semaine en sus de la journée de formation si vous êtes en cursus jour). La condition est que tous vos cours soient pris dans une même lignée, ou deux lignées au maximum,

**ou :**

- un séminaire supplémentaire d'une semaine, choisi dans votre lignée principale, afin d'approfondir celle-ci (vous aurez à régler le prix de la pension en plus).

### PLUS DE CONNAISSANCES ET DE RENCONTRES

- Un semestre de cours sur l'Inde. Ce cours fait partie du *DU Cultures et spiritualités d'Asie - composante Monde Indien*, issu d'un partenariat entre l'institut Catholique de Paris et l'École Française de Yoga. Il montre le travail de la recherche en sciences humaines dans une perspective pluridisciplinaire appuyée sur l'histoire, l'anthropologie, la sociologie, l'économie et le politique (le mercredi de 16h30 à 18h30).

**ou**

- Participation à **deux** cycles de conférences donnés dans le cadre d'un séminaire à l'EFY. Ces cycles abordent le corps et le vivant, les textes indiens qui éclairent la pratique du yoga, ou des notions comme la sagesse, la transmission, etc... Un planning vous sera donné au cours de l'année, pour que vous puissiez choisir le cycle qui vous intéresse.





## FORMATEURS EN YOGA

### PÉDAGOGIE LE GESTE MÉDITATIF (lignée Farah-Rérolle)

Pascale BRUN	Ancienne de l'EFY, formée par Renata Farah, co-Présidente de la FNEY
Sylvie MASSART	Ancienne de l'EFY, formée par Anne-Marie HÉBEISEN
Catherine MASSON	Ancienne de l'EFY, formée par Renata FARAH
Delphine MATHÉ	Ancienne de l'EFY, formée par Pascale BRUN
Maeva MORIN	Ancienne de l'EFY, formée par Pascale BRUN
Félicia NARBONI	Ancienne de l'EFY, formée par Pascale BRUN

### PÉDAGOGIE HAHOUTOFF

Laura GIOVANELLA	Ancienne de l'EFY, formée par Patrick TOMATIS
Cristina SOSA	Ancienne de l'EFY, formée par Patrick TOMATIS
Patrick TOMATIS	Élève de Nil HAHOUTOFF, docteur en sciences du langage, Président de l'EFY, Secrétaire Général de la FNEY
Anne ULPAT	Ancienne de l'EFY, formée par avec Patrick TOMATIS
Christine VILLIERS	Ancienne de l'EFY, formée par Patrick TOMATIS

### PÉDAGOGIE MADRAS

Isabelle BLANCHARD-TEISSIER	Ancienne de l'EFY, formée par Elisabeth AUDOUSSET
Stéphanie LAGARDE-DEROUCHE	Ancienne de l'EFY, formée par Isabelle MORIN-LARBEY
Isabelle MORIN-LARBEY	Ancienne de l'EFY, formée par Yvonne MILLERAND, co-Présidente de la FNEY
Sophie PIOLLET	Ancienne de l'EFY, formée par Isabelle MORIN-LARBEY
Régis VEREECKE	Ancien de l'EFY, formé par Isabelle MORIN-LARBEY
Patrick TARGA	Ancien de l'EFY, formé par Isabelle MORIN-LARBEY
Isabelle THEVENET	Ancienne de l'EFY, en formation avec Isabelle BLANCHARD-TEISSIER

### PÉDAGOGIE YOGA DE L'ÉNERGIE

Françoise CAPPELLE	Ancienne de l'EFY, formée par Gianna DUPONT
Ananda CEBALLOS	Ancienne de l'EFY, formée par Gianna DUPONT, docteur en études indiennes
Sabine DOUCHAINA	Ancienne de l'EFY, formée par Gianna DUPONT
Gianna DUPONT	Ancienne de l'EFY et de l'Académie de Yoga de l'Énergie, formée par Rémy CHALOIN, co-Présidente de la FNEY
Marie FORDACQ-VARROD	Ancienne de l'EFY, formée par Gianna DUPONT
Annie HAMELIN	Ancienne de l'EFY, formée par Jean-Pierre LAFFEZ
Jean-Pierre LAFFEZ	Kinésithérapeute, études en ostéopathie, formé par Roger CLERC, formateur à l'EFY du Sud-Ouest qu'il dirige
Sylviane PEREZ BOUDRAS	Ancienne de l'EFY, formée par Marie-Christine LECCIA
Boris TATZKY	Formé par Roger CLERC, formateur aux EFY Auvergne Rhône-Alpes et du Sud-Est qu'il dirige
Frédérique VALOUR	Ancienne de l'EFY, formée par Marie-Christine LECCIA et Sylviane PEREZ BOUDRAS



## FORMATEURS CHARGÉS DES COURS THÉORIQUES ET ATELIERS

Olivier BOULARD	Médecin homéopathe, formé en yoga à Lonavla
Liliane CATTALANO	Titulaire d'un DEA de philosophie en Études indiennes
Ananda CEBALLOS	Docteur en Études indiennes, formée au bharatanatyam et à l'Odissi
Alice CONVERT	Ostéopathe
Jean-Michel CREISMEAS	Docteur en Etudes Indiennes, sanskritiste et enseignant de yoga
Taly CHARBIT	Ostéopathe
Silvia d'INTINO	Docteur en Études indiennes, chargée de recherches au CNRS
Béatrice GAUCET	Artiste lyrique, professeur de chant au Conservatoire de musique de Compiègne
Monique GOSSET	Assistante sociale et formatrice, ancienne de l'EFY
Jean-Pierre LAFPEZ	Kinésithérapeute, études en ostéopathie, formé par Roger CLERC, formateur à l'EFY du Sud-Ouest qu'il dirige
Marie-Christine LECCIA	Formatrice à l'EFY, Directrice de publication de la RFY
Catherine LE GALLAIS	Formée aux ateliers d'écriture E.Bing, Directrice de l'EFY
Françoise LE GOLVAN	Formatrice aux ateliers d'écriture, chanteuse et auteure
Christophe PASTEUR	Ostéopathe
Isabelle RANNOU	Psychanalyste et thérapeute familiale
Gisèle SIGUIER-SAUNÉ	Philosophe, titulaire d'un DEA, enseignante à l'Institut Catholique de Paris
Eva SZILY	Docteur en Études Indiennes, enseignante de sanskrit
Ysé TARDAN-MASQUELIER	Indianiste, responsable du DU «Cultures et Spiritualités d'Asie», Directrice de projets à l'EFY
Joelle VALAY	formée à l'EFY, psychologue

## MEMBRES DES GROUPES DE RECHERCHE

Yoga et enfants	Yaël BLOCH, Geneviève DEVINAT , Florence GIL, Emilie TOP LABONNE
Yoga et séniors	Delphine MATHÉ, Christophe PASTEUR, Cristina SOSA
Yoga et handicap	Marie-Gabrièle ASSELIN, Christine MALKA-ROHART, Sylvie MASSART, Céline MAUGE



## PRIX DE LA SCOLARITÉ

### TARIFS POUR LES PARTICULIERS

Si votre candidature est acceptée, nous vous enverrons un contrat. Votre inscription sera validée définitivement à réception du contrat signé par vos soins, **accompagné de trois chèques :**

- un chèque de 305 € (à l'ordre de l'EFY) pour **la formation classique** (285 € en acompte équivalent à 1/12<sup>ème</sup> du prix de la formation + la cotisation de 24 € à l'association E.F.Y\*)

**ou**

- un chèque 367 € (à l'ordre de l'EFY) pour **la formation approfondie** (343 € en acompte équivalent à 1/12<sup>ème</sup> du prix de la formation + la cotisation de 24 € à l'association E.F.Y\*)

- un chèque de 37,00 € (à l'ordre de la FNEY) pour l'abonnement annuel obligatoire à la Revue Française de Yoga (deux volumes de 250 à 300 pages chacun) publié par la Fédération Française des Enseignants de Yoga (FNEY)

- un chèque de 48,00 € (à l'ordre de l'UNY) pour l'abonnement annuel obligatoire aux Carnets du Yoga (dix numéros par an) publié par l'Union Nationale de Yoga (UNY)

*\*La cotisation annuelle est valable du 1<sup>er</sup> octobre au 30 septembre de chaque année.*

### TARIF DE LA FORMATION POUR L'ANNÉE 2023-2024

Formation « Classique »	Formation « Approfondi »
3350,00 €	4050,00 €

à compter du 1<sup>er</sup> octobre, vous aurez la possibilité de régler la scolarité :

- en une seule fois par prélèvement au 30/10
- en 3 prélèvements : 15/10 - 15/01-15/04
- en 12 prélèvements (l'acompte indiqué ci-dessus tient lieu de premier versement)

*Conformément à la loi, à compter de la date d'envoi de votre contrat vous bénéficiez d'un délai de rétractation de 14 jours. Toute rétractation intervenant dans ce délai impliquera le remboursement intégral du premier acompte. Ensuite, vous recevrez un document vous demandant de choisir votre rythme de paiement.*

### FORMATION PROFESSIONNELLE

Dans le contexte actuel de profonde mutation de la formation professionnelle, la constitution des dossiers de prise en charge se fera au cas par cas. Pour plus d'information, veuillez consulter notre site web : <https://ecolefrancaisedeyoga.fr/financer-votre-formation-de-professeur-de-yoga-a-lefy/>



## QUELQUES RÉPONSES À VOS QUESTIONS

**- Vous avez besoin d'un devis pour une entreprise ou une institution ?**

Nous vous le préparons.

**- Vous serez peut-être obligé(e) d'interrompre vos quatre années de scolarité ?**

Il ne nous est pas possible d'accepter un désistement en cours d'année, mais les années complètes que vous aurez faites seront acquises, en cas d'interruption, le jour où vous revenez à l'École, dans un délai maximum de trois ans.

**- Vous déménagez ?**

Passez de « week-end » en « semaine » ou en « jour » et inversement, mais seulement au début d'une année scolaire, et avec l'accord préalable de la Directrice. Ou bien entrez dans une E.F.Y. régionale, où ce que vous aurez déjà fait rue Aubriot sera reconnu.

**- Vous avez de réelles difficultés financières ou d'emploi du temps ?**

Faites une année en deux ans : avec la Directrice, vous prévoyez un plan de formation plus étalé, moins lourd à assumer.

La seule impossibilité concerne la 3<sup>ème</sup> année dans le cursus week-end, qui doit être accomplie en une seule fois, pour des raisons d'organisation des examens de fin d'année.

**- Vous n'avez pas envie d'enseigner le yoga - du moins pas maintenant - et vous vous demandez si l'École est utile ?**

Oui, elle l'est doublement : un, vous accomplissez un cycle de développement personnel sérieux et passionnant; deux, si un jour vous décidez d'enseigner, vous aurez la formation adéquate. Ainsi, vous n'êtes jamais obligé de passer les examens, mais vous pouvez revenir les passer plus tard pour obtenir votre certificat (délai maximum : 3 ans à partir de la fin des études).