

PLANNINGS 4e ANNÉE 2025/2026

Votre cursus jour et semaine

22 vendredis

Des cours de yoga pratique

Avec votre formateur (matin et après-midi).

Deux ateliers de préparation au mémoire (7h)

Un atelier de travail sur la voix

Une conférence de Gisèle Siguier-Sauné

Un module au choix

Yoga et enfants (Conférences et ateliers – 10h) **OU** yoga et seniors (Conférences et ateliers – 10h).

1 séminaire d'une semaine

Soutenance du mémoire de fin d'études

 Découvrez les détails

Pour ceux qui viennent de la formation semaine et suivent une seule lignée, il est possible d'adopter un *cursus mixte, composé de :

9 vendredis dans la lignée principale

1 cours en semaine

2 ateliers de préparation au mémoire (7h),

1 atelier de travail sur la voix (7h)

1 conférence/ateliers avec Gisèle Siguier-Sauné

1 séminaire

1 module au choix : Yoga et enfants (Conférences et ateliers – 10h) **OU** Yoga et seniors (Conférences et ateliers – 10h)

*Cette possibilité doit être discutée avec les co-directrices.

Votre planning

12 septembre 2025

9h30-13h00 / 14h30-18h00

Laura Giovanella (Nil Hahoutoff)

Ananda Ceballos (Énergie)

19 septembre 2025

9h30-13h00 / 14h30-18h00

Félicia Narboni (Geste méditatif)

Patrick Targa (matin) et Isabelle Thévenet (après-midi)
(Madras)

26 septembre 2025

9h30-13h00 : Préparation au mémoire
Catherine Le Gallais

14h30-18h00 : Conférence de
Gisèle Siguier-Sauné

03 octobre 2025

9h30-13h00 / 14h30-18h00

Laura Giovanella (Nil Hahoutoff)

Gianna Dupont (Énergie)

10 octobre 2025

9h30-13h00 : Yoga et seniors
Christophe Pasteur

14h30-18h00 : Yoga et seniors
Delphine Mathé

17 octobre 2025

9h30-13h00 / 14h30-18h00

Félicia Narboni (Geste méditatif)

Patrick Targa (matin) et Isabelle Thévenet (après-midi)
(Madras)

07 novembre 2025

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Laura Giovannella (Nil Hahoutoff)
Ananda Ceballos (Énergie)

21 novembre 2025

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Pascale Brun (Geste méditatif)
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

12 décembre 2025

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Pascale Brun (Geste méditatif)
Patrick Targa (matin) et Isabelle Thévenet (après-midi) (Madras)

09 janvier 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Laura Giovannella (Nil Hahoutoff)
Françoise Cappelle (Énergie)

30 janvier 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Pascale Brun (Geste méditatif)
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

13 mars 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Félicia Narboni (Geste méditatif)
Patrick Targa (matin) et Isabelle Thévenet (après-midi) (Madras)

14 novembre 2025

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Atelier sur la voix – Groupe 1
Béatrice Gaucet

05 décembre 2025

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Laura Giovannella (Nil Hahoutoff)
Gianna Dupont (Énergie)

19 décembre 2025

9h30-13h00 : Préparation au mémoire Françoise le Golvan
14h30-18h00 : Yoga et seniors Olivier Connesson

23 janvier 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Atelier sur la voix – Groupe 2
Béatrice Gaucet

06 février 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Laura Giovannella (Nil Hahoutoff)
Gianna Dupont (Énergie)

20 mars 2026

9h30-13h00 : Yoga et enfants Yael Bloch
14h30-16h15 : Yoga et enfants Yaël Bloch
16h15-18h00 : Yoga et enfants Florence Gil

27 mars 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Laura Giovanella (Nil Hahoutoff)
Gianna Dupont (Énergie)

03 avril 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Cécile Fontaine (Geste méditatif)
Patrick Targa (matin) et Isabelle Thévenet (après-midi) (Madras)

22 mai 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Laura Giovanella (Nil Hahoutoff)
Françoise Cappelle (Énergie)

29 mai 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Cécile Fontaine (Geste méditatif)
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

05 juin 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Laura Giovanella (Nil Hahoutoff)
Gianna Dupont (Énergie)

19 juin 2026

9h30-11h15 : Yoga et enfants Geneviève Devinat
11h15-13h00 : Yoga et enfants Stéphanie Personne

26 juin 2026

9h30-13h00 / 14h30-18h00
Cécile Fontaine (Geste méditatif)
Patrick Targa (matin) et Isabelle Thévenet (après-midi) (Madras)

Les cours en semaine

Lundi

9h30-12h30 (bi-mensuel)
Ananda Ceballos (Énergie)

29 septembre 2025	05 janvier 2026	13 avril 2026
13 octobre 2025	19 janvier 2026	04 mai 2026
03 novembre 2025	02 février 2026	18 mai 2026
17 novembre 2025	16 février 2026	01 juin 2026
08 décembre 2025	16 mars 2026	08 juin 2026
15 décembre 2025	30 mars 2026	22 juin 2026

18h00-21h00 (bi-mensuel)
Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

22 septembre 2025	12 janvier 2026	13 avril 2026
13 octobre 2025	26 janvier 2026	11 mai 2026
03 novembre 2025	09 février 2026	18 mai 2026
17 novembre 2025	16 février 2026	01 juin 2026
01 décembre 2025	09 mars 2026	15 juin 2026
15 décembre 2025	23 mars 2026	22 juin 2026

18h30-20h30 (hebdomadaire)
Anne Ulp (Nil Hahoutoff)

22 septembre 2025	24 novembre 2025	02 février 2026	04 mai 2026
29 septembre 2025	01 décembre 2025	09 février 2026	11 mai 2026
06 octobre 2025	08 décembre 2025	16 février 2026	18 mai 2026
13 octobre 2025	15 décembre 2025	09 mars 2026	25 mai 2026
03 novembre 2025	05 janvier 2026	16 mars 2026	01 juin 2026
10 novembre 2025	12 janvier 2026	23 mars 2026	08 juin 2026
17 novembre 2025	19 janvier 2026	30 mars 2026	15 juin 2026
	26 janvier 2026	13 avril 2026	22 juin 2026

Mercredi

16h30-18h30 (hebdomadaire)
18h30-20h30 (hebdomadaire)
Gianna Dupont (Énergie)

24 septembre 2025	03 décembre 2025	11 février 2026	06 mai 2026
01 octobre 2025	10 décembre 2025	18 février 2026	13 mai 2026
08 octobre 2025	17 décembre 2025	11 mars 2026	20 mai 2026
15 octobre 2025	07 janvier 2026	18 mars 2026	27 mai 2026
05 novembre 2025	14 janvier 2026	25 mars 2026	03 juin 2026
12 novembre 2025	21 janvier 2026	01 avril 2026	10 juin 2026
19 novembre 2025	28 janvier 2026	08 avril 2026	17 juin 2026
26 novembre 2025	04 février 2026	15 avril 2026	24 juin 2026

19h30-21h30 (hebdomadaire)
Pascale Brun (Geste méditatif)

24 septembre 2025	03 décembre 2025	11 février 2026	06 mai 2026
01 octobre 2025	10 décembre 2025	18 février 2026	13 mai 2026
08 octobre 2025	17 décembre 2025	11 mars 2026	20 mai 2026
15 octobre 2025	07 janvier 2026	18 mars 2026	27 mai 2026
05 novembre 2025	14 janvier 2026	25 mars 2026	03 juin 2026
12 novembre 2025	21 janvier 2026	01 avril 2026	10 juin 2026
19 novembre 2025	28 janvier 2026	08 avril 2026	17 juin 2026
26 novembre 2025	04 février 2026	15 avril 2026	24 juin 2026

Jeudi

9h30-12h30 (bi-mensuel)
Cécile Fontaine et Félicia Narboni (Geste méditatif)

25 septembre 2025 (F)	15 janvier 2026 (F)	07 mai 2026 (F)
09 octobre 2025 (C)	29 janvier 2026 (C)	21 mai 2026 (C)
06 novembre 2025 (F)	12 février 2026 (F)	04 juin 2026 (F)
20 novembre 2025 (C)	12 mars 2026 (C)	18 juin 2026 (C)
04 décembre 2025 (F)	26 mars 2026 (F)	
18 décembre 2025 (C)	09 avril 2026 (C)	

17h45-20h45 (bi-mensuel)
Isabelle Morin-Larbey, Sophie Piollet, Patrick Targa (Madras)

25 septembre 2025 (P)	11 décembre 2025 (I)	26 mars 2026 (I)
02 octobre 2025 (S)	08 janvier 2026 (S)	09 avril 2026 (S)
16 octobre 2025 (P)	22 janvier 2026 (P)	07 mai 2026 (I)
06 novembre 2025 (S)	29 janvier 2026 (I)	28 mai 2026 (I)
20 novembre 2025 (P)	12 février 2026 (S)	04 juin 2026 (S)
27 novembre 2025 (I)	12 mars 2026 (S)	25 juin 2026 (P)

18h30-20h30 (hebdomadaire)
Laura Giovanella (Nil Hahoutoff)

25 septembre 2025	04 décembre 2025	12 février 2026	07 mai 2026
02 octobre 2025	11 décembre 2025	19 février 2026	14 mai 2026
09 octobre 2025	18 décembre 2025	12 mars 2026	21 mai 2026
16 octobre 2025	08 janvier 2026	19 mars 2026	28 mai 2026
06 novembre 2025	15 janvier 2026	26 mars 2026	04 juin 2026
13 novembre 2025	22 janvier 2026	02 avril 2026	11 juin 2026
20 novembre 2025	29 janvier 2026	09 avril 2026	18 juin 2026
27 novembre 2025	05 février 2026	16 avril 2026	25 juin 2026

Un séminaire

Le catalogue des séminaires paraît chaque année avant Noël sur le site Internet de l'EFY.

Soutenance des mémoires de fin d'études

🔗 Découvrez les détails

12 juin 2026.

Formule approfondie (1150h)

En plus des cours précédemment cités :

- Un cours de yoga par semaine **OU** un deuxième séminaire (pension à régler en plus si en dehors de Paris-Marais)
- 2 cycles de conférences se déroulant à l'EFY (intégrés dans un séminaire) **OU** 1 semestre de cours sur l'Inde.