

## PLANNINGS 4e ANNÉE 2025/2026

### Votre cursus weekend

#### 8 week-ends de formation (incluant le dimanche après-midi)

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  
Un module au choix : yoga et enfants (Conférences et ateliers – 10h) OU yoga et seniors (Conférences et ateliers- 10h)  
Une conférence de **Gisèle Siguier-Sauné**

#### 1 cours en semaine

#### 1 séminaire d'une semaine

(programmé lors des vacances scolaires de Paris)

#### Soutenance du mémoire de fin d'études

[👉 Découvrez les détails](#)

### Votre planning

#### 13 septembre 2025

9h30-13h00 : Atelier Voix  
Béatrice Gaucet

14h15-18h45  
Annie Hamelin (Énergie)

#### 14 septembre 2025

8h30-12h30 puis 14h00-16h00  
Annie Hamelin (Énergie)

#### 11 octobre 2025

9h30-13h00 : Atelier yoga et seniors  
Christophe Pasteur

9h30-13h00 : Atelier yoga et enfants  
Émilie Top Labonne

14h15-18h45  
Annie Hamelin (Énergie)

#### 12 octobre 2025

8h30-12h30 puis 14h00-16h00  
Annie Hamelin (Énergie)

#### 29 novembre 2025

9h30-13h00 : Préparation aux mémoires  
Françoise Le Golvan

14h15-18h45  
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

#### 30 novembre 2025

8h30-12h30 puis 14h00-16h00  
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

*10 janvier 2026*

9h30-13h00 : Atelier yoga et seniors  
Delphine Mathé

---

9h30-13h00 : Atelier yoga et enfants  
Stéphanie Personne, Yael Bloch

---

14h15-18h45  
Annie Hamelin (Énergie)

*11 janvier 2026*

8h30-12h30 puis 14h00-16h00  
Annie Hamelin (Énergie)

*31 janvier 2026*

9h30-13h00 : Préparation aux mémoires  
Françoise Le Golvan

---

14h15-18h45  
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

*01 février 2026*

8h30-12h30 puis 14h00-16h00  
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

*07 mars 2026*

9h30-13h00 : Atelier voix  
Béatrice Gaucet

---

14h15-18h45  
Annie Hamelin (Énergie)

*08 mars 2026*

8h30-12h30 puis 14h00-16h00  
Annie Hamelin (Énergie)

*28 mars 2026*

9h30-13h00 : Atelier yoga et seniors  
Olivier Connesson

---

9h30-13h00 : Atelier yoga et enfants  
Geneviève Devinat, Florence Gil

---

14h15-18h45  
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

*29 mars 2026*

8h30-12h30 puis 14h00-16h00  
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

*09 mai 2026*

9h30-13h00 : Conférence  
Gisèle Siguier-Sauné

---

14h15-18h45  
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

*10 mai 2026*

8h30-12h30 puis 14h00-16h00  
Isabelle Morin-Larbey (Madras)

## Les cours en semaine

### Lundi

9h30-12h30 (bi-mensuel)

Ananda Ceballos (Énergie)

29 septembre 2025

13 octobre 2025

03 novembre 2025

17 novembre 2025

08 décembre 2025

15 décembre 2025

05 janvier 2026

19 janvier 2026

02 février 2026

16 février 2026

16 mars 2026

30 mars 2026

13 avril 2026

04 mai 2026

18 mai 2026

01 juin 2026

08 juin 2026

22 juin 2026

18h00-21h00 (bi-mensuel)

Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

22 septembre 2025

13 octobre 2025

03 novembre 2025

17 novembre 2025

01 décembre 2025

15 décembre 2025

12 janvier 2026

26 janvier 2026

09 février 2026

16 février 2026

09 mars 2026

23 mars 2026

13 avril 2026

11 mai 2026

18 mai 2026

01 juin 2026

15 juin 2026

22 juin 2026

18h30-20h30 (hebdomadaire)

Anne Ulpat (Nil Hahoutoff)

22 septembre 2025

29 septembre  
2025

06 octobre 2025

13 octobre 2025

03 novembre 2025

10 novembre 2025

17 novembre 2025

24 novembre 2025

01 décembre 2025

08 décembre 2025

15 décembre 2025

05 janvier 2026

12 janvier 2026

19 janvier 2026

26 janvier 2026

02 février 2026

09 février 2026

16 février 2026

09 mars 2026

16 mars 2026

23 mars 2026

30 mars 2026

13 avril 2026

04 mai 2026

11 mai 2026

18 mai 2026

25 mai 2026

01 juin 2026

08 juin 2026

15 juin 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 ou deux séminaires

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

13 et 14 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.