



**PLANNINGS 3E ANNÉE 2026-2027**

## Votre cursus jour

### Formule classique (900h)

#### 22 mardis

comprenant des cours de yoga pratique (dans les quatre pédagogies enseignées à l'École, réunissant les 1ères et les 2è années) et des cours théoriques.

#### 1 séminaire d'une semaine

(dans la lignée majeure).

### Tests pratiques et pédagogiques

 Découvrez les détails

### Les 22 mardis

#### Mardi 06 octobre 2026

9h30-12h00 : Sabine Douchaina (Énergie)

13h00-15h00 : Le monde hindou (Ysé Tardan Masquelier)

15h30-18h00 : Maéva Morin (Geste méditatif)

#### Mardi 13 octobre 2026

9h30-12h00 : Carole Marinheiro (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : Le monde hindou (Ysé Tardan Masquelier)

15h30-18h00 : Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

#### Mardi 03 novembre 2026

9h30-12h00 : Sabine Douchaina (Énergie)

13h00-15h00 : Le monde hindou (Ysé Tardan Masquelier)

15h30-18h00 : Maéva Morin (Geste méditatif)

#### Mardi 10 novembre 2026

9h30-12h00 : Carole Marinheiro (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : Le monde hindou (Ysé Tardan Masquelier)

15h30-18h00 : Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

#### Mardi 17 novembre 2026

9h30-12h00 : Sabine Douchaina (Énergie)

13h00-15h00 : Hatha Yoga Pradipika  
Ananda Ceballos

15h30-18h00 : Maéva Morin (Geste méditatif)

#### Mardi 24 novembre 2026

9h30-12h00 : Carole Marinheiro (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : Hatha Yoga Pradipika  
Ananda Ceballos

15h30-18h00 : Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

#### Mardi 01 décembre 2026

9h30-12h00 : Sabine Douchaina (Énergie)

13h00-15h00 : Textes védiques  
Ananda Ceballos

15h30-18h00 : Maéva Morin (Geste méditatif)

#### Mardi 08 décembre 2026

9h30-12h00 : Carole Marinheiro (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : Anatomie  
Christophe Pasteur

15h30-18h00 : Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

## Mardi 05 janvier 2027

9h30-12h00 : Sabine Douchaina (Énergie)

13h00-15h00 : Textes védiques  
Ananda Ceballos

15h30-18h00 : Maéva Morin (Geste méditatif)

## Mardi 12 janvier 2027

9h30-12h00 : Carole Marinheiro (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : Connaissance de soi  
Isabelle Rannou

15h30-18h00 : Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

## Mardi 19 janvier 2027

9h30-12h00 : Sabine Douchaina (Énergie)

13h00-15h00 : Textes védiques  
Ananda Ceballos

15h30-18h00 : Maéva Morin (Geste méditatif)

## Mardi 26 janvier 2027

9h30-12h00 : Carole Marinheiro (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : Textes védiques  
Ananda Ceballos

15h30-18h00 : Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

## Mardi 02 février 2027

9h30-12h00 : Sabine Douchaina (Énergie)

13h00-15h00 : Déontologie  
Monique Gosset

15h30-18h00 : Maéva Morin (Geste méditatif)

## Mardi 09 mars 2027

9h30-12h00 : Carole Marinheiro (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : Connaissance de soi  
Isabelle Rannou

15h30-18h00 : Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

## Mardi 16 mars 2027

9h30-12h00 : Sabine Douchaina (Énergie)

13h00-15h00 : Déontologie  
Monique Gosset

15h30-18h00 : Maéva Morin (Geste méditatif)

## Mardi 23 mars 2027

9h30-12h00 : Carole Marinheiro (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : Connaissance de soi  
Isabelle Rannou

15h30-18h00 : Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

## Mardi 30 mars 2027

9h30-12h00 : Sabine Douchaina (Énergie)

13h00-15h00 : Déontologie  
Monique Gosset

15h30-18h00 : Maéva Morin (Geste méditatif)

## Mardi 04 mai 2027

9h30-12h00 : Carole Marinheiro (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : Respiration  
Alice Convert

15h30-18h00 : Stéphanie Lagarde-Derouiche (Madras)

## Mardi 11 mai 2027

9h30-12h00 : **Sabine Douchaina** (Énergie)

13h00-15h00 : **Connaissance de soi**  
**Isabelle Rannou**

15h30-18h00 : **Maéva Morin** (Geste méditatif)

## Mardi 18 mai 2027

9h30-12h00 : **Carole Marinheiro** (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : **Respiration**  
**Alice Convert**

15h30-18h00 : **Stéphanie Lagarde-Derouiche** (Madras)

## Mardi 25 mai 2027

9h30-12h00 : **Sabine Douchaina** (Énergie)

13h00-15h00 : **Préparation au mémoire**  
**Anne Ulpat**

15h30-18h00 : **Maéva Morin** (Geste méditatif)

## Mardi 01 juin 2027

9h30-12h00 : **Carole Marinheiro** (Nil Hahoutoff)

13h00-15h00 : **Préparation au mémoire**  
**Anne Ulpat**

15h30-18h00 : **Stéphanie Lagarde-Derouiche** (Madras)

## Tests pratiques et pédagogiques

🔗 Découvrez les détails

Mardi 8 juin 2027

## Un séminaire

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

Ce programme est susceptible d'être modifié à la marge (en fonction du nombre d'inscrits notamment) en termes d'organisation mais pas de contenu ni de nombre d'heures.

## 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).
- Colloque de l'EFY (novembre 2026) et un cycle de conférences se déroulant à l'EFY lors d'un séminaire **OU** 1 semestre de cours sur l'Inde.