

IMF

INSTITUT
DES MÉTIERS
DE LA FORME

INSTITUT DES MÉTIERS DE LA FORME

WWW.ECOLE-IMF.FR

INSCRIPTION YOGA 200H



PLANNING YOGA 200 H CERTIFIÉ ALLIANCE

mai-24		juin-24		juil-24		aout 2024	
ME	1	SA	1	LU	1	JE	1
JE	2	DI	2	MA	2	VE	2
VE	3	LU	3	ME	3	SA	3
SA	4	MA	4	JE	4	DI	4
DI	5	ME	5	VE	5	LU	5
LU	6	JE	6	SA	6	MA	6
MA	7	VE	7	DI	7	ME	7
ME	8	SA	8	LU	8	JE	8
JE	9	DI	9	MA	9	VE	9
VE	10	LU	10	ME	10	SA	10
SA	11	MA	11	JE	11	DI	11
DI	12	ME	12	VE	12	LU	12
LU	13	JE	13	SA	13	MA	13
MA	14	VE	14	DI	14	ME	14
ME	15	SA	15	LU	15	JE	15
JE	16	DI	16	MA	16	VE	16
VE	17	LU	17	ME	17	SA	17
SA	18	MA	18	JE	18	DI	18
DI	19	ME	19	VE	19	LU	19
LU	20	JE	20	SA	20	MA	20
MA	21	VE	21	DI	21	ME	21
ME	22	SA	22	LU	22	JE	22
JE	23	DI	23	MA	23	VE	23
VE	24	LU	24	ME	24	SA	24
SA	25	MA	25	JE	25	DI	25
DI	26	ME	26	VE	26	LU	26
LU	27	JE	27	SA	27	MA	27
MA	28	VE	28	DI	28	ME	28
ME	29	SA	29	LU	29	JE	29
JE	30	DI	30	MA	30	VE	30
VE	31			ME	31	SA	31

Date max inscript°



Inscriptions avant le 3 juin 2024

INFOS YOGA 200H

CONTENU DE FORMATION :

- Branches du Yoga (Yamas, Nyamas, Asanas, Pranayamas, Pratiyahara, Dharana, Dhyana, Samadhi)
- Les chakras (Muladhara, Svadhistana, Manipura, Anahata, Vishudda, Ajna, Sahasrara)
- Les Koshas (corps physique, corps subtil, corps de lumière)
- Postures de base, ancrage et fondations.
- Méditation, respiration et conscience
- Découverte des ajustements et des variations de posture.
- Comment construire une séance, choisir un thème
- Pré et post natal
- Mises en situation

Exclusivités IMF:

Un book papier personnalisé

Un lieu de pratique dédié avec tout le matériel: tapis, sangles, briques...

INFOS YOGA 200H

INTERVENANTS :

Marion BAATI :

Coach diplômé d'Etat BP JEPS AGFF C et D - Formée Yoga Alliance UK en Inde - Intervenante Yoga Vinyassa
- Diététique - Formation Yoga Mathieu BOLDRON - Training avec Brionny et Dice (Bryce) - Organisation de retraites
Yoga&Alimentation en France et au Maroc

Aude BEILLEAU :

BEES métiers de la forme - Strala Yoga - Yoga Vinyassa 200h - Yoga Yin 50h - Yoga pré et post natal méthode De
Gasquet - Pilates Matwork niveaux 1, 2 et 3 - Pilates Reformer et Cadillac

Aadil BAATI :

Coach diplômé d'Etat BP JEPS AGFF C et D - Yoga teacher 200h - Massages Thaï - DU Sport et nutrition

Tatiana FOJUTOWSKI SILVA :

Yoga Teacher 200h - Naturopathie - Yoga Pré et Post natal - Yin Yoga

Samuel GANES :

Yoga teacher 500h - spécialité Pranayamas - Sophrologie - Spirotérapie.