

Le Yoga désigne tous les enseignements qui se basent sur la connaissance des forces de la nature et de l'esprit dans l'homme et qui demandent l'application pratique des connaissances.

Anne Brugger-Lenz



Yoga7 est la plus ancienne école de yoga romande, fondée en 1957 par Anne Brugger. Cette dernière enseignait un yoga original, dans une filiation indienne et mazdéenne à la fois. Les enseignants de Yoga7 privilégient l'expérimentation, la réflexion, l'étude, faisant de ce centre un lieu de recherche permanente - d'où, d'ailleurs, la précision accolée au nom de l'école : "*Enseignement et recherche en yoga*". Entre fidélité à la tradition et esprit de modernité, le yoga s'y profile comme un art de vivre, non pas à imiter mais à redécouvrir et à faire sien.

Des formateurs chevronnés accompagnent la formation : Karine Bayard, Gilberte Dumuid, Béatrice Kilchenmann, Anne Klopfenstein, Carole Rawlinson, Anoula Sifonios. Cette diversité apporte des éclairages précieux pour l'enseignement et la transmission du yoga.

Coordination de la formation :

Anoula Sifonios
021 799 43 93
anoulaki7@hotmail.com

Délai d'inscription : 30 juin 2012

Nombre de participants limité

Lieu :

Cours de Rive 20
1207 Genève
022 735 67 44

YOGA7

*Du corps à l'intériorité,
cheminement et transformation*



**Formation d'enseignant(e)s
de yoga 2012-2016**

Cursus sur quatre ans, axé sur le travail sur soi et la découverte de la richesse du yoga. De l'exploration du corps à celle de l'être, la formation offre un approfondissement de la pratique personnelle et l'acquisition d'outils pour la transmission du yoga.

Contenu

Six axes d'étude traverseront la formation :

Technique posturale
Transmission du yoga
Connaissance du corps
Pratique du yoga
Philosophie
Travail sur soi

Chaque année de formation s'intéressera en particulier à une dimension de l'être humain :

- Le corps
- L'énergie
- Le mental
- L'être

Deux cours hebdomadaires font partie du programme de formation.

Pour pouvoir intégrer l'enseignement, un investissement personnel et une pratique régulière sont indispensables.

Cette formation suit les exigences de Yoga Suisse et de l'Union Européenne de Yoga (UEY). Au terme de leur formation, les élèves qui le souhaitent pourront se présenter aux examens de diplôme de l'association professionnelle Yoga Suisse.

Durée de la formation

L'enseignement est réparti sur 1030 heures en quatre ans : formation (610 h), stages (180 h) et cours hebdomadaires (240 h). Un suivi individuel est compris dans les heures de cours.

La formation se déroule sur 10 week-ends annuels, et un stage d'une semaine chaque été.

L'hébergement lors du stage n'est pas compris dans l'écolage.

Dates

Première année de formation :

1^{er} et 2 septembre 2012

6 et 7 octobre 2012

10 et 11 novembre 2012

1^{er} et 2 décembre 2012

12 et 13 janvier 2013

2 et 3 février 2013

16 et 17 mars 2013

13 et 14 avril 2013

25 et 26 mai 2013

29 et 30 juin 2013

8 au 12 juillet 2013

Formalités d'admission

- un curriculum vitae mentionnant :
 - la situation actuelle,
 - la formation et l'expérience professionnelle,
 - l'expérience dans le domaine du yoga : cours, années de pratique, enseignants ;
- une lettre de motivation ;
- deux ans de pratique dont si possible un à Yoga 7 ;
- inscription auprès de l'association professionnelle Yoga Suisse ;
- un entretien préalable.

Tarifs

Coût total de la formation :
trois versements de 5495.- frs
correspondant à 1030 heures de cours.
Rabais de 10% pour paiement en une fois.
Informations sur le contrat et les conditions précises de la formation lors de l'entretien préalable.