

*Yoga7 dispense depuis plus de quarante ans un enseignement de qualité dans le domaine du Yoga.*

**asca** Fondation suisse  
pour les médecines  
complémentaires



*Yoga7 Sàrl  
20 cours de Rive  
1207 Genève  
Tél : +41 (0)22 735 67 44*



FORMATION D'ENSEIGNANT-E-S DE YOGA

**CYCLE II**

**APPROFONDISSEMENT ET  
RECONNAISSANCE**



**Cursus 2022-2024**

**Contenu :**

*Philosophie du yoga* : traditions, histoire et culture de l'Inde. Veda, Vedanta, Upanishad, Samkhya, Yoga, Ayurveda, Tantra et Bouddhisme. Etude de textes classiques : Bhagavad Gita, Yoga Sutra et Hatha Yoga Pradipika.

*Connaissance didactique* : pédagogie occidentale, psychologie et planification de l'enseignement, publics cibles, principes éthiques et quotidien professionnel.

*Yogathérapie et spécialisations* : applications au yoga des principaux troubles ostéoarticulaires, respiratoires, pulmonaires, neurologiques, cardiovasculaires digestifs, immunologiques et gynécologiques. Yoga dos, yoga doux, yoga pour seniors et futures mères.

*Approfondissement* des pratiques posturale, de pranayama et de méditation. Stage social. Enseignement.

*Développement personnel* : Gestion du stress, gestion émotionnelle, travail sur soi en lien avec les textes du Yoga et la psychologie contemporaine.

**Durée :**

Un cursus de deux ans, réparti en dix week-ends de formation par année, et d'une immersion de cinq jours en résidentiel pendant l'été, soit 536h dont 400h de contact.

Pour chaque année, trois entretiens individuels ainsi que le suivi d'un cours hebdomadaire sont inclus, si celui-ci est pris

à Yoga7. Un autre arrangement est possible en fonction du lieu de domicile.

**Dates :**

De septembre 2022 à juin 2024. Stage d'été à définir.

**Formalités d'admission :**

Avoir obtenu le certificat du Cycle I de Yoga7 ou souhaiter compléter des formations antérieures en vue de l'obtention du diplôme de Yoga Suisse, auquel cas une liste exhaustive des heures et diplômes déjà obtenus doit être fournie. Un entretien individuel avec la direction et une formatrice au minimum, un CV détaillé, professionnel et yogique ainsi qu'une lettre de motivation compléteront la démarche.

La direction se réserve le droit de refuser les candidatures qu'elle estime non appropriées.

**Tarif :**

4450 CHF par année scolaire. Sont inclus dix week-ends de formation, un cours hebdomadaire à Yoga7, l'écolage du stage d'été (excepté l'hébergement et les frais de repas) ainsi que les finances d'inscription aux examens finaux.

Possibilité de paiement échelonné sur dossier.

Les conditions d'admission, le plan d'étude et la liste des heures par matière peuvent être obtenus au secrétariat :

[www.yoga7.com](http://www.yoga7.com)

et sur notre site internet

<https://www.yoga7.com/formation/formation-enseignants/>