

YOGAJI

ACADEMY



FORMATIONS DE YOGA dans notre ashram en Ardèche

Départ des formations à la carte
Organisme accrédité auprès de Yoga Alliance

YOGA TEACHER

TTP 200h

Cette formation vous apporte une connaissance approfondie du **Hatha Yoga**, du **Kundalini** et une introduction au **Tantra**.

Durée 25 j - Dates : 4/03, 1/04, 29/04, 2/05, 20/05, 06/06, 08/07



TTP 300h

Le programme 300h s'adresse aux professeurs de yoga qui souhaitent **approfondir** leurs connaissances et leur pratique du yoga, de la **méditation** et du **tantra**.

Durée 30 j - Dates : 1/04, 2/05, 06/06, 10/07



YOGA ENFANTS

Le Récré'Yoga utilise les **fondamentaux du Yoga** (postures, respiration, chant, relaxation, méditation, règles de vie) dans une méthode **ludique** et récréative.

Durée 45 heures

**17-21 avril et 17-21 juillet 2024 en Ardèche
25- 28 avril 2024 (intensif) à Chaville (92)**



Traditionnellement, le Yoga est enseigné oralement et individuellement de **Maître à élève**.

Dans cette optique, nous proposons :

De petits groupes (max. 12 personnes)

Des modules de formation thématiques

Un enseignement individualisé

L'étude des textes anciens

Julie Giacomini

Formatrice de **plusieurs centaines** de professeurs depuis plus de 10 ans, Julie Giacomini dévoue sa vie à la transmission du Yoga.

Initiée en **Inde**, et accompagnée sur ce chemin par sa mère yogi, Julie s'initie au bouddhisme au Vietnam. Elle est **formée et certifiée Yoga Alliance** ERYT-500, 300h Jivamukti Yoga Teacher, Professeur de Yoga du Son.



fr.yogaji.at