|  |  |
| --- | --- |
|    |   |
| FORMATION AVANCÉE POUR PROFESSEURS CERTIFIÉS 200H OU PLUSUn retour sur la pratique et l’enseignement  **MERCREDIS de 8h30 à 16h30 du 24 mai au 6 septembre 2017****Dates** : 24 et 31 mai – 7, 14, 21 et 28 juin – 5, 12 juillet – 30 août et 6 septembreIl faut compléter tous les modules pour recevoir une certification de 80h. Aucune absence autre que maladie ne sera autorisée. Formateur : Hervé Blondon **Prérequis**Cette formation s’adresse uniquement aux professeurs ayant déjà reçus une formation de base en yoga de 200h ou plus. **Sujets abordés**Durant cette formation, nous aborderons les postures ainsi que les pranayamas en matinée. La philosophie, les techniques d’enseignement et autres, seront abordées en après-midi. La formation sera un retour dans la pratique et la réflexion pour les professeurs déjà actifs et qui désirent revenir à leur sadhana tout comme à leur technique d’enseignement.- Intégration posturale par une pratique soutenue et rigoureuse- Compréhension des techniques d’enseignement : adaptation, ajustements, vulgarisation- Développement d’une pratique personnelle et suivi personnalisé- Comment construire différentes sessions et comment différencier les niveaux débutants des niveaux plus avancés- Pratique matinale du pranayama- Pratique du son pour développer la résonnance de la voix, que ce soit par l’abstrait (pratique des harmoniques) ou mantrique ainsi que la qualité d’expression et du vocabulaire à utiliser dans le cadre d’un cours.- Exploration de l’hindouisme- Lectures en groupe ou chez soi (textes informatifs ou philosophiques)- Ateliers de créativité.... **Comment se déroule cette formation ?**Les pratiques posturales feront appel à l’ensemble des groupes d’asana classique (debout, extension, flexion, rotation, inversion) et seront abordées comme une session évolutive. Nous nous permettrons de passer plus de temps sur certains ajustements. Certaines pratiques seront silencieuses pour permettre une observation des mouvements internes (vayus) et d’autres seront plus analytiques pour développer une compréhension de la structure physiologique à travers l’alignement. Il s’agit avant tout d’une formation continue qui viendra compléter vos acquis.La posture sera explorée comme une architecture sacrée aux géométries variables, ce qui nous permettra de développer une affinité avec l’épanouissement du corps et du mental.Nous reviendrons sur certains textes fondamentaux tels que le chapitre 2 des Yoga Sutras ou des extraits de la Bhagavad Gita, Gheranda Samhita ou encore Hatha Yoga Pradipika, pour éclairer le mental d’un raisonnement logique et philosophique. **Horaire**8h30 : pranayama et puja9h30 : pratique posturale12h30 : lunch13h30 : méditation14h30 : philosophie, étude de texte16h : pratique vocale, chant, mantra …16h30 : fin de la journée **Tarif**1800$ incluant 200$ pour inscription. Le solde est payable au complet ou en plusieurs versements au début du cours.**Tarif spécial** de 1750$ si inscription 1 mois avant avec réception du dépôt **Inscription**Les inscriptions doivent se faire, soit par chèque libellé à Hervé Blondon ou par virement interac à ecolesatyam@bell.net  |  |