

FORMATION DE PROFESSEURS DE YOGA THÉRAPIE

Bernard BOUANCHAUD
Dr Natesan CHANDRASEKARAN
PARIS 2024-2027
Septième promotion

Le yoga est l'une des traditions orales encore vivantes, en particulier la yogathérapie étroitement reliée à la médecine āyurvédique. La yogathérapie ne se substitue jamais à la médecine officielle : elle est un complément efficace qui s'adresse aux personnes aptes à se prendre en charge. La yogathérapie est fondée sur une relation de confiance entre le professeur et son élève, et consiste en des cours individuels. Grâce à une investigation minutieuse avec les outils du yoga, le professeur établit et guide une pratique qui sera réévaluée et intensifiée dans le temps. Cette démarche conduit l'élève pratiquant à une autonomie progressive et suppose son engagement dans une pratique régulière.

PUBLIC CONCERNÉ PAR LA FORMATION DE PROFESSEURS DE YOGATHÉRAPIE ET PRÉREQUIS

Cette formation s'adresse aux professeurs de yoga diplômés, titulaires d'un certificat de professeur de yoga (minimum 200 heures), et justifiant d'au moins un an d'enseignement de yoga. La formation totalise 536 heures d'enseignement réparties sur 3 années scolaires. L'inscription définitive suppose en amont de la formation, un entretien individuel d'évaluation et de motivation de 2 heures, et un module d'évaluation des connaissances de deux jours (15 heures). Cette évaluation peut donner lieu à un programme de mise-à-niveau. À l'issue de la formation, une attestation d'aptitude à l'enseignement de la yogathérapie sera délivrée.

FORMATEUR BERNARD BOUANCHAUD

Bernard Bouanchaud engagé dans la pratique et l'étude du yoga depuis 1966, rencontre T.K.V. Desikachar dix ans plus tard. Depuis, il a étudié régulièrement à Chennai avec ce professeur disciple de son père T. Krishnamacharya, grand yogi contemporain, mort à 101 ans. Enseignant, conférencier, formateur, cofondateur de l'Institut Français de Yoga et de la Viniyoga Fondation France, il est auteur de livres sur le yoga, dont le Yoga-Sūtra de Patañjali et la Sāṃkhyā Kārikā d'Īśvarakṛṣṇa. Il forme des enseignants prêts à répondre à un triple objectif : l'enseignement collectif, individuel et la yoga thérapie.

Intervenant invité Dr Natesan Chandrasekaran

Médecin depuis trente ans à Chennai, c'est par l'étude du Vedanta que le Dr Natesan Chandrasekaran rencontre le yoga. Professeur de yoga diplômé du KYM en 1992, il y étudie la yogathérapie qu'il enseigne durant quinze ans. Responsable du département thérapie, il supervise les cours de yogathérapie les neuf années suivantes. Il a étudié continuellement avec T.K.V. Desikachar. Depuis plusieurs années, il parcourt le monde pour former des yogathérapeutes. Il a fondé son propre institut : Yoga Vaidya Śālā. Il est auteur de livres sur la yogathérapie et les Yoga-sūtra aux éditions Āgamāt.



Formations Bernard BOUANCHAUD

45, allée de la Tramontane 83700 Saint-Raphaël • Tél. : 06 62 74 56 78

SIRET 320 283 138 00057 • URSSAF 8308405441 • NDA 93830724183

Organisme de formation certifié Qualiopi – catégorie Actions de Formation

SEPTIÈME PROMOTION 2024-2027

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES ET PROGRAMME

Le programme vise à fournir les connaissances et l'expérience théoriques aux professeurs pour l'application thérapeutique du yoga. Il totalise 536 heures d'enseignement.

LES 6 MODULES DE 9 JOURS privilégient les études de cas, les ateliers et la participation active des stagiaires (72 heures par module soit 432 heures).

- **LES DEUX PREMIERS MODULES** exposent les principes et les pratiques de Viniyoga, de *adhyāya* (observation d'un individu), l'anatomie, la physiologie et la psychologie selon le yoga, *vyūham*, et l'étude pratique de la prise de pouls *nāḍī parikṣa*.
- **LES QUATRE MODULES SUIVANTS** couvrent la pathologie et l'approche du yoga thérapeutique des différents systèmes et sont illustrés de cas réels.
MODULE 3 : systèmes squelette-musculaire, et digestif.
MODULE 4 : systèmes respiratoire, cardio-vasculaire, urinaire et lymphatique. MODULE 5 : systèmes nerveux, endocrinien et de reproduction, incluant l'étude de la grossesse et la yogathérapie pré et postnatale.
MODULE 6 : psychisme, cancer, système immunitaire, nutrition et dépendances.

LE STAGE DE DEUX SEMAINES EN INDE (9 jours ou 72 heures d'enseignement) est organisé entre les mois de février et mars 2028 (dates à confirmer).

Programme d'enseignement :

- Apprentissage par l'observation et l'interaction.
- Observation des cours thérapeutiques menés par des thérapeutes confirmés invités.
- Observation des séances de consultation menées par des thérapeutes confirmés invités.
- Cours thérapeutiques menés par le stagiaire sous la supervision du formateur et de thérapeutes confirmés invités.
- Consultations par le stagiaire sous la supervision du formateur et de thérapeutes confirmés invités.

Modules individuels de suivi pédagogique : 15 heures à répartir par le stagiaire durant toute la durée de la formation.

Module de soutenance de mémoire de fin d'étude : 15 heures.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Accueil des stagiaires
- Documents de supports de formation remis tout au long de l'année
- Exposés théoriques
- Étude de cas réels
- Ateliers pratiques
- Mise à disposition en ligne de supports pendant et à la suite de la formation.

DISPOSITIF DE SUIVI DE L'EXÉCUTION DE L'ÉVALUATION DES RÉSULTATS DE LA FORMATION : Feuilles de présence - Questions orales ou écrites - Mises en situation - Formulaires d'évaluation de la formation - Présentation du mémoire de fin d'étude.

INDICATEURS DE RÉSULTATS DE LA FORMATION

Taux de satisfaction des stagiaires : 92,8 % satisfaits et très satisfaits sur 34 stagiaires (mesure intermédiaire du 17/08/2023, sur la promotion 2022-2025).

Taux de réussite : 100 % sur 33 stagiaires (mesure sur la promotion 2017-2022).

HORAIRES, LIEUX ET JOURNÉES-TYPE

MODULE D'ÉVALUATION DES CONNAISSANCES du 15 au 16 JUIN 2024
Maison de l'Inde, Cité Universitaire, Paris - Non-résidentiel

MODULE 1 du 19 au 29 AOÛT 2024
Château du Reclos, 83830 Bargemon
Résidentiel

07h00 - 08h00 pratique *āsana*
09h00 - 10h00 théorie 1
10h30 - 11h30 théorie 2
11h30 - 12h00 pratique *prānāyāma* 14h30 -
15h30 atelier 1
15h30 - 16h30 échange 1
17h00 - 18h00 atelier 2
18h00 - 19h00 échange 2
19h00 - 19h30 pratique méditative

MODULE 2 AVRIL 2025
Maison de l'Inde, Cité Universitaire, Paris
Non-résidentiel

09h00 - 10h30 théorie 1
11h00 - 12h15 théorie 2
12h15 - 12h30 pratique *prānāyāma*
14h00 - 15h30 atelier 1
16h00 - 17h15 atelier 2
17h15 - 17h30 pratique méditative

COÛT DE L'ENSEIGNEMENT ET MODALITÉS DE RÈGLEMENT

- Module de pré-requis de 2 jours (15 heures) : 120 € à régler à l'inscription*.
- Module de 9 jours d'enseignement et stage de 2 semaines en Inde** : 750 €.
(pour le module 1 : 300 € à l'inscription et 450 € en début de formation, pour les modules suivants : règlement en début de module).
- Estimation de l'hébergement en pension complète au Château du Reclos : 575 €***.
- Module individuel de suivi pédagogique d'une heure : 95 €.
- Adhésion annuelle à Viniyoga Fondation France : 75 €, incluant une assurance de responsabilité civile couvrant les cours prodigués par l'élève en cours de formation.

* Règlement par chèque à Viniyoga Fondation France - 11 rue de Champagne, 95100 Argenteuil

** Hors transport vers l'Inde et hors hébergement et repas sur place.

*** Tarifs au Château du Reclos, hébergement en pension complète (salles d'eau partagées, certaines chambres comportent un lavabo) : chambre partagée à 3-4 : 575 € / partagée à 2 : 625 € / chambre individuelle simple : 725 € / chambre individuelle supérieure : 775 €. Camping dans le parc : 475 €. Forfait (salles, pauses avec en-cas et boissons, petite-déjeuner et repas du midi à prévoir dans le cas d'un hébergement autre) : 345 €. Repas seul 20 € (pas de pique-nique dans la propriété).

PUBLIC EN SITUATION DE HANDICAP OU STAGIAIRE SOUHAITANT DES ADAPTATIONS :

La formation incluant des pratiques, veuillez mentionner vos besoins particuliers lors de l'entretien préalable à l'inscription définitive, afin que ceux-ci soient étudiés pour permettre la mise en œuvre pédagogique, matérielle et technique adaptée, dans un cadre d'aménagement « raisonnable » (contactez le formateur pour plus d'informations).

RÈGLEMENT INTÉRIEUR L'inscription définitive suppose l'acceptation du règlement intérieur (article L6352-4 du code du travail), déterminant les principales mesures applicables en matière de santé et de sécurité et les règles en matière de discipline.