

Selon l'enseignement VINIYOGA : « Ce n'est pas la personne qui doit s'adapter au yoga mais le yoga qui doit être ajusté à chaque personne ».

Professeur KRISHNAMACHARYA

« L'esprit de VINIYOGA, c'est de partir de là où on se trouve. Puisque chacun est différent et change de temps à autre, il ne peut y avoir de point de départ commun et les réponses toutes faites ne serviront à rien. Il est nécessaire d'examiner la situation actuelle et de remettre en cause le statut habituellement admis »

T.K.V DESIKACHAR

Claude MARECHAL

L'école de Transmission du Yoga, sous la direction de Claude MARECHAL, a formé depuis 1971 plus de 2000 enseignants. L'école représente l'enseignement du yoga selon la tradition Viniyoga en Belgique, Espagne, France, Hollande, Italie, Portugal, Québec, Suisse.

ETY – VINIYOGA, 20 rue Gaston Grégoire - 4540 AMAY BELGIQUE

E-mail : vini.secretariat@hotmail.fr / Site : www.viniyoga.site

Christine LEBERT :

J'enseigne le yoga, méthode VINIYOGA depuis 2008 en Ille et Vilaine et en Mayenne pour tous niveaux.

Formée par Claude MARECHAL, et Chantal BARBOT. J'assiste dans les formations Jean-Luc ACKET en 2014 et depuis 2016 Marie-Noëlle GRAZILLIER. J'approfondis mes connaissances en suivant différents stages comme la Bhagavad-Gîtâ, la CNV, méthode Ashtanga de S.K. Pattabhi-Joïs. Actuellement, je termine une formation en YOGA THERAPIE de quatre ans avec le Dr. CHANDRASEKARAN et Bernard BOUANCHAUD .

J'accompagne Claude MARECHAL pour la formation

Le yoga est entré dans ma vie en 1982 durant six années de Hatha-Yoga à Paris avec Raymond Lambert en même temps que la pratique de la méditation Zen qui m'a toujours accompagnée avec celle du yoga.



Association YOGA OM SHANTI

L'ENSEIGNEMENT

VINIYOGA

Formation à l'enseignement du yoga avec C. MARECHAL

Autonomie - Épanouissement personnel

EN ILLE ET VILAINE

NOUVELLE FORMATION ET

POST-FORMATION ETY VINIYOGA

Formation → 2017 – 2021

Post formation → 2021 – 2024

Contacter Christine LEBERT

18 rue Bouessel Du Bourg 35133 LÉCOUSSE

Tél : 06 64 90 69 43 / E-mail : christine.lebert@club.fr



Site : www.yoga-om-shanti.fr

Formation et post-formation
ETY – Viniyoga en ILLE ET VILAINE
Autonomie - Epanouissement personnel

J'ai le plaisir de vous proposer avec l'association *YogaOmShanti*, cet enseignement dirigé par Claude MARECHAL assisté par des formateurs Viniyoga en région dont je fais partie, concernant l'Ille et Vilaine. Voir le site : www.viniyoga.site

- Cette formation peut-être prise en charge sous le numéro d'entreprise 0425 656 388, par votre organisme de formation professionnel.

Le programme général est réparti sur quatre années de formation et trois années de post-formation. L'enseignement commence par six week-ends, que j'animerai en tant qu'assistante de région et le stage d'été de cinq jours sera assuré par Claude MARECHAL.

Le programme des quatre premières années 2017 - 2021 comporte les matières suivantes :

- 1 - les fondements philosophiques, psychologiques et théoriques du yoga. Sa dimension spirituelle
- 2 - les fondements techniques et pédagogiques de sa mise en pratique
- 3 - Un exposé systématique des deux premiers livres des yoga sūtra de Patanjali
- 4 - La description, l'analyse et la mise en pratique des techniques corporelles et respiratoires utilisées : āsana, prānāyāma et mudrā
- 5 - La méthodologie et la didactique de l'enseignement des séquences pratiques de yoga
- 6 - Une initiation élémentaire de connaissance du corps humain fondée sur la vision de la très ancienne science médicale de l'Inde, l'ayur-veda et de certaines upanishads du yoga
- 7 - Des notions élémentaires de connaissance du corps humain : anatomie du système moteur, analyse des mouvements et positions, quelques éléments de base de la physiologie générale appliquée au yoga et à sa pratique.

La totalité des quatre années d'enseignement comporte ainsi environ 500 heures de cours.

La post formation 2021 - 2024

Ces trois années de post formation qui suivent s'orientent davantage vers le cikitsa kriya, c'est-à-dire les applications thérapeutiques du yoga qui ne sont possibles que dans le cadre de la leçon individuelle. Cette post formation de plus, termine l'étude du yoga sūtra de Patanjali, les livres trois et quatre qui complètent l'enseignement individuel du yoga.



Formation et post-formation
ETY – Viniyoga en ILLE ET VILAINE
Autonomie - Epanouissement personnel

Cette formation continue est proposée à toute personne en quête de reconnaissance. C'est-à-dire, vous épanouir autant sur un plan personnel que professionnel.

Grâce à l'étude de textes de référence du YOGA, principalement les Yoga Sūtra de Patanjali, vous complèterez votre recherche d'harmonie. Vous affinerez vos perceptions, par une pratique assidue et une étude approfondie de chaque postures. Ce chemin vous conduit à comprendre la relation étroite entre le corps et l'esprit, sur lesquels nous pouvons agir en conscience, afin de vivre en accord avec le monde qui nous entoure.

Organisation :

Week-ends des 10/11 nov et 8/9 déc 2018, 26/27 janvier, 23/24 mars, 11/12 mai et 8/9 juin 2019.

Un rattrapage de cinq jours minimum est prévu en cours d'année, pour les personnes désireuses d'intégrer le groupe en seconde année.

Lieux :

À LÉCOUSSE, 18 rue Bouessel du Bourg 35133

Frais d'inscription :

- Six weekends :
le samedi de 9h à 18h et dimanche de 8h à 17h : 900 €
- Forfait 4 cours individuels : 140 €
- Stage d'été avec Claude Maréchal environ 500 €, hébergement et repas non compris. Le détail sera précisé par Claude MARECHAL.

L'inscription se fait auprès de l'enseignante **Christine LEBERT**

Tél : 06 64 90 69 43 / E-mail : christine.lebert@club.fr



Site : www.yoga-om-shanti.fr

Bulletin d'inscription

NOM : _____

Prénom : _____

N° : _____ Rue : _____

Code Postal : _____ Ville : _____

Tél. : (fixe et/ou portable) : _____

E-mail : _____

Date de naissance : _____

Profession : _____

- Je m'inscris à la 2^{ème} année du cycle
- Je joins à ce bulletin d'inscription, un règlement en espèces.
O 450 € x 2 O 300 € x 3
- Date : 1. 2. 3.**
- Prévoir 10 € d'adhésion à l'association Yoga Om Shanti.**

Date : ___/___/___ Signature :

Bulletin d'inscription

NOM : _____

Prénom : _____

N° : _____ Rue : _____

Code Postal : _____ Ville : _____

Tél. : (fixe et/ou portable) : _____

E-mail : _____

Date de naissance : _____

Profession : _____

- Je m'inscris à la 2^{ème} année du cycle
- Je joins à ce bulletin d'inscription, un règlement en espèces.
O 450 € x 2 O 300 € x 3
- Date : 1. 2. 3.**
- Prévoir 10 € d'adhésion à l'association Yoga Om Shanti.**

Date : ___/___/___ Signature :

