



Masterclasses

Avec Maud Dreyer, Dortohée Meier, Elodie Lantelme,

Caroline Favre et Lara Kohn Thompson.

Formation continue - Yoga Alliance

PRÉ - REQUIS POUR PARTICIPER A UN OU PLUSIEURS MODULES

- Être enseignant de yoga ou pratiquant assidu depuis au moins 2 ans.

INTERVENANTS

- Maud Dreyer - Professeur de yoga - Yogathérapeute - formatrice
- Dorothee Meier - Kinésithérapeute - formatrice
- Caroline Favre - Professeur de yoga, thérapeute en ayurvéda, formatrice
- Elodie Lantelme - Professeur de yoga, professeur de philosophie.
- Lara Kohn Thompson - Professeur de yoga, formatrice, thérapeute manuelle

LES MODULES

Cette formation est répartie sur 4 week-ends et 1 semaine en immersion. Il est possible de ne suivre qu'un seul module ou plusieurs « à la carte ».

Il est possible de recevoir des certificats de participation à ces week-ends (et/ou semaine) de « formation continue » accrédités par la Yoga Alliance (environ 15h par week-end, 50 heures pour la semaine ou 110h au total).

Lieu des week-ends: le Studio du Pâquier à Annecy

Horaires : Samedi 9h-18h et Dimanche 8h-16h (avec une heure de pause le midi)

Lieu pour la semaine en immersion : Sanskriti à Scionzier (hébergement et repas en sus 770€/ semaine avec divins Brunch et Diner)

Horaires : Du Samedi 16h00 19 octobre à 16h au Samedi 26 octobre à 12h00



LES MODULES DE FORMATION

I. Le corps en mouvement

Plongée dans l'anatomie pour le yoga
Avec Dorothée Meier et Maud Dreyer



La compréhension de l'anatomie est essentielle pour guider un cours dans le respect du corps de chacun, des différentes typologies, morphologies de nos élèves. Lorsqu'elle est intégrée, elle est également un outil qui permet d'accompagner les élèves vers une plus grande conscience de leur corps, premier pas vers l'intériorisation à laquelle nous invite le yoga. En tant qu'enseignant, cette connaissance est aussi le support d'une plus grande créativité dans l'élaboration de nos cours.

Avec une approche adaptée au yoga, pratique, ludique, vivante, Dorothée, kinésithérapeute, vous guidera vers une plus grande compréhension du corps en mouvement.

Au programme : Anatomie au service du mouvement dans le yoga – Pratique de la lecture des corps – Etude de postures– Pratique

Intervenante : Dorothée Meier est kinésithérapeute et formatrice.

Date et lieu : Le 23-24 Mars 2024 au Studio du Pâquier à Annecy

Frais pédagogiques WE seul : 260€ (Early Bird, avant le 15 Février 2024) – 300€ après le 15 Février.

II. Philosophies ancestrales

La sagesse de la Bhagavad Gita
Avec Elodie Lantelme et Maud Dreyer



À travers les grands textes du yoga d'hier à aujourd'hui, nous cheminerons sur la voie de la sagesse orientale pour mieux la connaître et la partager, afin de la vivre ensuite de façon peut-être plus complète sur nos tapis et dans notre existence.

CŒuvre majeure inspiratrice de Mahatma Gandhi autant que de Nelson Mandela ou Martin Luther King, la Bhagavad Gita déroute parfois par sa complexité pour nos pensées occidentales. A travers l'étude de passages choisis et l'exploration de son ancrage historique dans la philosophie du yoga, nous irons apprivoiser ce texte foisonnant, d'une actualité saisissante et qui répond à une question aussi cruciale que complexe : comment agir avec justesse dans le monde ?

Au programme : Compréhension du rôle des épopées dans la culture indienne, du mode de transmission de la pensée philosophique indienne, étude approfondie de la Bhagavad Gita, pratiques, études posturales, méthodologie, pranayama, méditation.

Intervenante : Elodie Lantelme, professeur de yoga, professeur de philosophie

Date et lieu : Le 1 et 2 Juin 2024 au Studio du Pâquier à Annecy

Frais pédagogiques WE seul : 260€ (Early Bird, avant le 1^{er} Avril 2024) – 300€ après le 1^{er} Avril.

III . Voyages intérieurs

Pratiques adaptées, Yin et yoga restauratif
Avec Lara Kohn Thompson et Maud Dreyer



Dans un monde en constante accélération, nous ressentons la nécessité de ralentir, de faire de l'espace dans nos vies pour retourner à l'essentiel. C'est parce qu'elles invitent à cela que l'intérêt de nos sociétés pour les pratiques restauratives est grandissant.

Vivez une immersion régénérante et découvrez les outils pour accompagner vos élèves dans ces voyages intérieurs.

Forte de 35 années de travail en lien avec le corps et le mouvement, Lara Kohn Thompson propose ici des chemins pour trouver le silence en soi au cœur de l'agitation... Et dans l'immobilité et le silence apparents, trouver la vie et l'honorer...

Au programme : Etude de postures Yin et Restauratives -
Pratiques restauratives et dynamiques - Méthodologie -
Philosophie - Pratique de l'enseignement

Intervenante : Lara Kohn Thompson, danseuse, professeur de yoga, formatrice, thérapeute manuelle.

Date et lieu : Le 24-25 Août 2024 au Studio du Pâquier à Annecy

Frais pédagogiques WE seul : 260€ (Early Bird, avant le 24 Juin 2024) - 300€ après le 24 Juin.

IV. Yoga et Ayurvédā

Eveiller son médecin intérieur
Avec Caroline Favre et Maud Dreyer



Comprendre les lois du vivant, apprendre et appliquer les bases de l'Ayurveda, vivre en soi les 5 éléments. Au-delà d'un partage théorique, Caroline propose ici de vivre par l'expérience les principes universels de l'Ayurveda dans votre quotidien pour nourrir votre compréhension de l'action du yoga sur tous les corps dont nous sommes constitués.

Mettre en place des choses concrètes au fil des saisons pour éveiller Dhavantari, notre médecin intérieur, sera le fil conducteur de cette transmission afin de le mettre au service de ce que vous enseignez.

Au programme : les 5 éléments, les 3 doshas, les 3 gunas, Prakriti et Vikruti, Agni - Ama & les 6 rasa, Dinacharya - routines quotidiennes et saisonnières, Purvakarma - protocoles de

purification, adapter nos pratiques yogiques aux besoins de l'organisme en fonction des éléments, de nos rythmes et de ceux de la nature. Et comme toujours.

Intervenante : Caroline Favre est thérapeute ayurvédique et professeur de yoga.

Date et lieu : Le 21-22 septembre au Studio du Pâquier à Annecy.

Frais pédagogiques WE seul : 260€ (Early Bird, avant le 21 Juillet 2024) - 300€ après le 21 Juillet.

V. Asanas et Pranayama

Pratique et étude de postures et pranayama avancés

Avec Maud Dreyer



Nourries par les enseignements reçus sur les différentes dimensions qui constituent le yoga, la pratique et l'étude des postures et du pranayama prennent vraiment tout leur sens. Notre pratique est incarnée et formatrice et se met au service de notre existence.

Cette semaine d'immersion est un puissant accélérateur de l'évolution de notre pratique physique, énergétique, méditative et spirituelle. Que vous soyez amené ou non à transmettre, elle est une invitation à insuffler de la nouveauté et de la profondeur à votre pratique.

Au programme : Immersion dans l'étude et la pratique de postures et Pranayama avancés. Pratique de l'enseignement. Méditation. Kirtan.

Un manuel pratique des pranayama et postures abordés vous sera fourni.

Intervenante : Professeure de yoga, formatrice, yogathérapeute.

Date et lieu : Du 19 au 26 octobre 2024 - Sanskriti, Scionzier

Frais pédagogiques semaine seule : 800€ - (1100€ si financé par un OPCO)

Frais de pension complète pour la semaine : 770€ (brunch, diner, nuitées)

Inscription aux Masterclasses Avec Maud Dreyer

Formation continue- Yoga Alliance

I. SI VOUS SUIVEZ LA FORMATION COMPLETE, deux choix de financement s'offrent à vous pour le financement des frais pédagogiques : Vous pouvez financer votre formation personnellement ou demander une aide à la formation auprès d'organismes.

1) Formation financée personnellement : 1800€

Un premier versement de 500€ est attendu à l'inscription (à l'ordre de Baya Consulting) pour la valider. Il sera encaissé en Mars 2024. Il n'est pas remboursable si vous annulez votre participation à la formation après le 15 Mars.

Le reste du paiement est dû le premier jour du programme. Il y a trois options :

Attention, les chèques doivent être édités à l'ordre de BAYA CONSULTING

- a. Paiement du solde en une fois en Mars 2024 : 1300€
- b. Vous pouvez faire 5 chèques de 260€ , un à chaque rendez-vous (week-end de stage ou semaine).

Les paiements ne sont pas remboursables.

2) Formation entière financée par un organisme : 2300€

La formation est finançable par un organisme sans subrogation (c'est-à-dire que l'élève ou l'association règle le coût de la formation auprès de UPSYS Formation, qui lui est remboursé ensuite par son OPCO). Dans ce cas le chèque d'acompte pour l'inscription est également de 500€ mais il est à faire à l'ordre de UPSYS Formation.

II. SI VOUS SUIVEZ UN OU PLUSIEURS MODULES « à la carte », chaque week-end coûte 260€ en Early Bird (inscription au plus tard 2 mois avant celui-ci) ou 300€ en tarif normal. La semaine coûte 800€ (hors coût de la pension complète). Dans ce cas, il n'est pas possible de demander l'aide au financement auprès d'organismes.

I. Je m'inscris au programme entier « Masterclasses » de Namasté Yoga Annecy. Je m'acquiesce de l'acompte dû à l'inscription de 500€, à l'ordre de Baya Consulting.

Rayer la mention inutile :

Je finance la formation personnellement – Je demande le financement d'un organisme

Je soussigné(e),, comprends que le paiement est dû aux dates indiquées ci-dessus et qu'il est non remboursable. Je comprends que si je ne suis pas présent.e à tous les week-ends, il n'y aura pas de remboursement possibles.

II. Je m'inscris à un ou plusieurs week-end de Masterclasses et m'acquiesce de l'acompte correspondant au(x) module(s) choisis, à l'ordre de Baya Consulting :

Module I Le corps en mouvement – Plongée dans l'anatomie pour le yoga

Avec Dorothee Meier et Maud Dreyer – Le 23-24 Mars 2024

Acompte attendu 100€ à l'ordre de Baya consulting – Non remboursable après le 15 Février

Rayer la mention inutile : Tarif Early bird (inscription avant le 15 Février) – Tarif Normal après le 15 Février

Module II Philosophies ancestrales – La sagesse de la Bhagavad Gita

Avec Elodie Lantelme et Maud Dreyer – Le 1^{er}-2 Juin 2024

Acompte attendu 100€ à l'ordre de Baya consulting – Non remboursable après le 1^{er} Avril

Rayer la mention inutile : Tarif Early bird (inscription avant le 1^{er} Avril) – Tarif Normal après le 1^{er} Avril

Module III Voyages intérieurs – Pratiques adaptées, Yin et yoga restauratif

Avec Lara Kohn Thompson et Maud Dreyer – Le 24-25 Août 2024

Acompte attendu 100€ à l'ordre de Baya consulting – Non remboursable après le 24 Juin

Rayer la mention inutile : Tarif Early bird (inscription avant le 24 Juin) – Tarif Normal après le 24 Juin

Module IV. Yoga et Ayurveda – Eveiller son médecin intérieur

Avec Caroline Favre et Maud Dreyer – Le 21-22 Septembre 2024

Acompte attendu 100€ à l'ordre de Baya consulting – Non remboursable après

Rayer la mention inutile : Tarif Early bird (inscription avant le 21 Juillet) – Tarif Normal après le 21 Juillet

Module V. Asanas et Pranayama – Immersion Pratiques avancées.

Avec Maud Dreyer – Du 19 au 26 Octobre 2024 à Sanskriti

Acompte attendu 300€ à l'ordre de Baya consulting – Non remboursable après le 15 Août 2024

Informations complémentaires :

Mail :

Numéro de téléphone :

Adresse postale :

Par ma signature, j'atteste avoir compris et accepté les termes et conditions de ce contrat. Je joins à ce contrat mon/mes chèques d'acompte.

Signature précédée de la mention « lu et approuvé »