

FORMATION DE PROFESSEURS DE YOGA

Vous souhaitez approfondir vos connaissances et votre pratique du Yoga et peut-être le transmettre ?

C'est le moment d'intégrer ma formation !



Je suis **Brigitte, professeure et formatrice de Yoga**, formée à l'Institut Français du Yoga (www.ify.fr - tradition de T.K.V. Desikachar).

Ma nouvelle formation de professeurs de Yoga commence le 29 septembre 2024* pour des personnes motivées comme vous !

Suite à ma formation initiale de professeure, **j'enseigne le Yoga à Argenteuil depuis 2011** et je me forme en continu. J'ai donc **à mon actif plus de mille heures** d'enseignement donné, de formations suivies et de pratique !

Ensemble, dans un petit groupe, nous approfondirons **toutes les dimensions du Yoga**. Les contenus et la pédagogie sont au service de votre **transformation personnelle progressive** et vous permettront d'exercer en tant que professeur de Yoga si vous le souhaitez.

Les outils concrets du Yoga (**asana, pranayama, dharana-dhyana**), ainsi que la **philosophie (Yoga-Sutra de Patanjali)**, sont étudiés de manière dynamique et approfondie pendant 500 heures sur 4 années. Tarif : 1050 € / an.

Je suis impatiente d'échanger avec vous et de vivre une **merveilleuse aventure humaine** sur nos chemins de vie respectifs !



Pour en savoir plus, consultez mon blog mitaforme.fr et visionnez ma **vidéo sur Youtube** : <https://youtu.be/8Y0LiyRKF7M> ; n'hésitez pas à **me contacter au plus tôt !**

© Par mail : yogargenteuil@sfr.fr

© Par tél. : **06 17 59 51 77**

**Inscription possible jusqu'en décembre 24 sous réserve d'acceptation des conditions particulières*

A très bientôt !

Droits d'auteur : photos prises lors de mon séjour dans le Tamil Nadu (Inde) en 2018