



en coopération avec



YOGAMOVES

Formation professeur 200 heures

Été / 2 semaines intensives

Dates: 30 Mars - 10 Avril et 29 Mai- 9 Juin, 2017

Lieu: YOGAMOVES
10 rue de la râpe
67000 Strasbourg

Site web: www.yogamoves.fr

Contact: Janine au 03 88 23 64 02 ou janine@yogamoves.fr
Angelli Robison au 310.664.6470 x137 ou angellir@yogaworks.com

Animé par: Celine Antoine

Regarder ses vidéos sur: esprityoga.fr

Langue d'enseignement: français

Prix: \$3350 USD ou 3.600€ si réglé avant le 1 fevrier, 2017
\$3650 USD ou 3.900€ à partir du 1 fevrier, 2017



Semaine	Date	Jour	Début	Fin	Heures
Semaine 1	YW classique/ouverture, postures debout symétriques neutres, intro à Surya Namaskara A				
	stabilization du tronc, postures debout à rotation externe				
	30.März	jeudi	08:00	17:00	9
	31.März	vendredi	08:00	17:00	9
	01.Apr	samedi	08:00	17:00	9
	02.Apr	dimanche	08:00	17:00	9
	03.Apr	lundi	08:00	17:00	9
Semaine 2	Surya Namaskara A, postures debout asymétriques neutres, Surya Namaskara B et				
	Inversions vivifiantes et calmantes				
	06.Apr	jeudi	08:00	17:00	9
	07.Apr	vendredi	08:00	17:00	9
	08.Apr	samedi	08:00	17:00	9
	09.Apr	dimanche	08:00	17:00	9
	10.Apr	lundi	08:00	17:00	9
BREAK					
Semaine 3	Torsions debout, flexions arrière simples, comment enseigner aux débutants				
	Urdhva Dhanurasana et flexions avant				
	29.Mai	lundi	08:00	17:00	9
	30.Mai	mardi	08:00	17:00	9
	31.Mai	mercredi	08:00	17:00	9
	01.Juni	jeudi	08:00	17:00	9
	02.Juni	vendredi	08:00	17:00	9
Semaine 4	Torsions assises, postures reposantes, flexions arrière avec chaise, ouverture des hanches,				
	équilibres sur les bras, examen en classe, révision des inversions, examen pratique final				
	05.Juni	lundi	08:00	17:00	9
	06.Juni	mardi	08:00	17:00	9
	07.Juni	mercredi	08:00	17:00	9
	08.Juni	jeudi	08:00	17:00	9
	09.Juni	vendredi	08:00	17:00	9