

FORMATION "ENSEIGNER LE HATHA YOGA"

100 HEURES

POURQUOI CHOISIR CETTE FORMATION ?

Pour acquérir les compétences essentielles à l'enseignement du Hatha yoga :



Fondements
du Hatha Yoga



Pédagogie appliquée



Respiration
& Relaxation



Bases du Sanskrit
et de l'Anatomie

Avec Joanna Rambaud



PROGRAMME

Fondements du Hatha Yoga



Philosophie
et Culture indienne

Études des postures



Modernes
et traditionnelles

Pranayama



Bases anatomiques

Pédagogie du yoga Structuration de programmes et de séance



PUBLIC & PRÉREQUIS

- Professeurs de fitness
- Professeurs de danse
- Coachs sportifs
- Professeurs de yoga

DÉBOUCHÉS

- Enseigner en studios de yoga
- Intégrer le yoga en cours collectifs

Et Sébastien Dupont

DIPLÔME DÉLIVRÉ



ACADÉMIE YOGA SYSTEMA
{[DATE]}

ENSEIGNER LE HATHA YOGA
100H

CONTACT

YOGA SYSTEMA

- Tel : 0782294636
- Email : Info@yogasystema.com
- www.yogasystema.com