FILIÈRE COMPLÉMENTAIRE

FORMATION ÉDUCATEUR YOGA
NIVEAU 1 ET 2
YOGA ENFANT

Fédération Française EPGV COMITÉ RÉGIONAL ÎLE-DE-FRANCE

Descriptif de la formation :

Ce pack, qui s'effectue sur une saison, regroupe les trois formations : Yoga enfant, Yoga Niveau 1 et niveau 2. L'objectif de ce cursus complet est de développer une expertise pointue dans l'encadrement de l'activité Yoga pour différents publics.

La formation «Éducateur Yoga» a pour objectif de faire découvrir les fondamentaux de la technique douce et le fonctionnement des trois principes du Yoga (ASSANAS, VINYASA, PRANAYAMA).

Elle permet également d'approfondir ses connaissances techniques du Hatha Yoga avec des options évolutives, l'intégration de nouveaux mouvements et de nouvelles techniques de respiration.

Public :

- Tout animateur souhaitant approfondir ses connaissances dans l'activité yoga et diversifier le contenus de ses séances.

- Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à l'une de nos formations. Faites-nous le savoir : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

Pré-requis :

- Être titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV ou plus, dans le champ sportif (BPJEPS, STAPS, CQP ALS option AGEE, JSJO ou CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs) ou être titulaire d'un diplôme «Animateur 1er degré Adultes ou Seniors en salle».
- Être licencié à la FFEPGV.
- Avoir déjà pratiqué l'activité Yoga.
- Être à jour de sa carte professionnelle d'éducateur sportif (fournir une impression datée du site EAPS).

Test de positionnement :

Quizz de connaissances envoyé en amont de la formation

Objectifs :

- **Connaître** l'environnement du Yoga (historique et respiration).
- **Maîtriser** la classification des postures.
- **Savoir** enchaîner ses postures.
- **S'approprier** les fondamentaux et les techniques de l'activité Yoga Niveau 1 et 2 (asanas, enchaînements, techniques de respiration).
- **Concevoir** des séquences de Yoga Niveau 1, 2 et enfant en respectant la logique de l'activité.
- **Maîtriser** les techniques des postures et enchaînements du Yoga enfant.
- **Permettre** une pratique adaptée à la séance enfant EPGV.

Contenus pédagogiques :

- Logique interne de l'activité Yoga niveau 1 et 2 telle que définie à la FFEPGV.
- Vivre une séance.
- Approfondissement technique et pédagogique des postures de Yoga.
- Vivre en pratique les différentes postures du Yoga 1 et 2.
- Éclairage pédagogique sur les corrections à apporter sur le plan postural et la notion d'alignement.
- Animer le Yoga dans le juste placement du corps avec les points d'attentions et les adaptations.
- Rappels sur le développement de l'enfant, ses besoins.
- Les bienfaits des séquences de Yoga chez l'enfant : relaxation, retour au calme, concentration...

Volume Horaire :

70 heures de formation (4 jours)
- 56h en centre de formation
- 14h d'évaluation

Calendrier :

En centre de formation :
Module 1 : du 03 au 05/12/2023
Évaluation 1 : 04/02/2024

Module 2 : du 27 au 28/04/2024

Module 3 : du 02 au 04/07/2024
Évaluation 2 : 08/10/2024

Lieu de formation :

Résidence Internationale de Paris
Paris (75020)

Effectifs max :

20 stagiaires

modalités et délai d'accès :

Le 20 novembre 2023

Restauration et hébergement* :

Externe	OUI
Demi-pension (Déjeuner midi)	OUI
Hébergement	OUI

***À la charge du stagiaire**

Réalisez votre pré-inscription en ligne

Scanne moi

Moyens techniques et pédagogiques :

- Supports pédagogiques.
- Pratiques physiques associées aux techniques.
- Échanges et travail collaboratif.

Équipe d'encadrement :

- Directeur de Formation FFEPGV : **Séverine BEUVE.**
- Intervenants expert métiers.

Modalités de validation :

- Feuilles de présence.
- Fiche d'émargement.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Évaluation formative :
  - Quiz / questionnaires de fin de formation
  - Situations interactives (auto-évaluation).
  - Mises en situation pédagogiques (préparation et animation de séances et de séquences).

Modalités de certification :

- **Pour accéder à la certification** :
  - Avoir suivi l'ensemble du cursus de formation.
  - Avoir animé des séquences de yoga niveau 2

- **Modalités de certification** :
  - Epreuve d'animation d'une séquence tirée au sort.
  - Epreuve de démonstration technique sur la maitrise des postures.
  - Epreuve de connaissance sous forme d'un quiz / questionnaire.

- **Diplôme remis** : Attestation de formation.

Pour aller plus loin :

Nous vous conseillons de suivre la formation Éducateur Pilates

Points forts :

- Des outils clefs en main avec la remise du manuel Yoga

Déroulé de la formation :

Résidence Internationale de Paris - 44 rue Louis Lumière (75020)

En centre de formation (56h)	Retour sur alternance et évaluation (14h)
Du dimanche 03 au mardi 05 décembre 2023	Le dimanche 04 février 2024
du samedi 27 au dimanche 28 avril 2024	Le dimanche 08 octobre 2024
Du mardi 2 juillet au jeudi 4 juillet 2024	

Frais de la formation :

Tarif financeur	Tarif auto-financement
Frais de dossier : 20 € **Frais de la formation (70h) : 2 800€** Renseignez-vous auprès de votre OPCO pour une prise en charge totale.	**Demandez votre devis auprès du service formation**

Renseignements et inscription

09 52 48 56 26 - formation@coregepgv-sport.fr

NB : Seuls les dossiers complets seront pris en compte.

M.A.J : 08/11/2023