



Stage ouvert aux professeurs de Yoga, aux enseignants ayant une pratique régulière du Yoga, souhaitant animer des séances de yoga avec les enfants. Places limitées à 12 élèves.

Un certificat de participation FNPY vous sera remis à l'issue du stage. N'hésitez pas à me contacter par mail ou téléphone pour vous inscrire.

Le programme :

Les généralités pour l'enseignement du yoga auprès des enfants. Comment construire sa séance en fonction de l'âge des enfants.

Les pratiques pour créer la cohésion du groupe (Yamas), les pratiques de nettoyages du corps (Nyamas).

Les différents groupes de postures (Asanas), comment les amener dans la séance, toujours en fonction de l'âge du groupe.

Les pratiques de respiration (Pranayama) et de concentration (Dharana).

Les pratiques de relaxation, d'intégration du schéma corporel (Pratyahara). Comment animer un atelier Parents/Enfants.



Formation en ligne 26 Août Les bases du YOGA enfants

**Avec Anne-Sophie
Neveu Benito**

Minimum 4 élèves

Maximum 12 élèves

Tarif : 80 Euros

Enseignante de Yoga et
Formatrice en yoga pour
enfants depuis 2014 au sein
de l'ENPY

06.60.57.42.41

asneveu13@gmail.com

VENDREDI 26 AOÛT

De 9H00 à 12H00

De 13H30 à 17H00





Stage ouvert aux professeurs de Yoga, aux enseignants ayant une pratique régulière du Yoga, souhaitant animer des séances de yoga avec les enfants. Places limitées à 12 élèves.

Un certificat de participation FNPY vous sera remis à l'issue du stage. N'hésitez pas à me contacter par mail ou téléphone pour vous inscrire.

Le programme :

Les généralités pour l'enseignement du yoga auprès des enfants. Comment construire sa séance en fonction de l'âge des enfants.

Les pratiques pour créer la cohésion du groupe (Yamas), les pratiques de nettoyage du corps (Nyamas).

Les différents groupes de postures (Asanas), comment les amener dans la séance, toujours en fonction de l'âge du groupe.

Les pratiques de respiration (Pranayama) et de concentration (Dharana).

Les pratiques de relaxation, d'intégration du schéma corporel (Pratyahara). Comment animer un atelier Parents/Enfants.



Formation en ligne 26 Août Les bases du YOGA enfants

**Avec Anne-Sophie
Neveu Benito**

Minimum 4 élèves

Maximum 12 élèves

Tarif : 80 Euros

Enseignante de Yoga et
Formatrice en yoga pour
enfants depuis 2014 au sein
de l'ENPY

06.60.57.42.41

asneveu13@gmail.com

VENDREDI 26 AOÛT

De 9H00 à 12H00

De 13H30 à 17H00

