



EYVL

## PLANNING DE LA FORMATION 2024/2025 - Année 4 – DHARMA (m.à.j 12/12/2024)

1 <sup>er</sup> trimestre	Nombre d'heures pour 1 an	Samedi 5 octobre 2024 à GRETZ	Samedi 14 décembre 2024 Au Rocheton
9h à 9h30	30 minutes	<b>Christian BERTHON</b> (déontologie)	<b>Alain MAHIEU</b> Anatomie
9h 30 à 12h 30	3 heures	<b>Gisèle SIGUIER SAUNE</b>	<b>Alain MAHIEU</b> -Physiologie (1) Le cerveau
14h à 17h	3 heures	<b>Christian BERTHON</b>	<b>Christian BERTHON</b> - Tantra (2)
17h15 – 18h15	1 heure	Relax/méditation/yoga Nidra Techniques-différences-pratique	(Yoga-Nidra par Sophie VENNIN avec les 2 <sup>èmes</sup> année
		Dimanche 6 octobre 2024	Dimanche 15 décembre 2024
6h15 à 7h	45 minutes	Delphine FAURE-MIDEY (méditation)	<b>Christian BERTHON</b> Méditation
7h à 8h	1 heure	Pratique donnée par un élève (Pédagogie)	Pratique donnée par un élève de 2 <sup>ème</sup> année
9h à 12h	3 heures	Nicolas DUSSAUCY	<b>Christian BERTHON</b> - Tantra (3)
13h à 16h	3 heures	Christian BERTHON Prana	<b>Christian BERTHON</b> - Prânayâma Avec les 2è-

### 2<sup>ème</sup> trimestre

	Samedi 4 janvier 2024 (Roch)	Samedi 1 <sup>er</sup> février 2025 GRETZ	Samedi 1 <sup>er</sup> mars 2025 GRETZ
9H à 9h30	<b>Marie-Rose BARDY</b> (déontologie)	<b>Alain MAHIEU</b> Anatomie	<b>Virginie ZAJAC</b> (déontologie)
9h30 à 12h 30	<b>Sylvie MASSART</b> (1) Anat. mouv. Ceinture pelvienne	<b>Alain MAHIEU</b> -Physiologie (2) Le cerveau	<b>Sylvie MASSART en prés-</b> (3) Anat.Mouv.Questions/Rep + pratique
14h à 17h	<b>M-Rose BARDY/ Antonio NUZZO</b> - Pratiques posturales	<b>Yann Le Boucher en visio</b> Cours 7- Vedanta	<b>Yann Le Boucher</b> Cours 8 en visio Vedanta
17h15 – 18h15	<b>Isabelle MOYSAN(17h30/19h)</b> Approche de l'Âyurveda avec 2è	<b>Yoga Nidra avec Nicolas DUSSAUCY</b>	<b>Virginie ZAJAC</b> (conception de séance/pédagogie)
	Dimanche 5 janvier 2024	Dimanche 2 février 2025	Dimanche 2 mars 2025
6h15 à 7h	<b>(6h30/8h)Isabelle MOYSAN</b> Pratique KAPHA avec les 2èmes	<b>Méditation avec Nicolas DUSSAUCY</b>	<b>Virginie ZAJAC</b> (méditation)
7h à 8h	<b>(6h30/8h)Isabelle MOYSAN</b> Atelier kapha avec les 2èmes	Pratique donnée par un élève Avec 2 <sup>ème</sup> année (correc NICOLAS)	Pratique donnée par un élève <b>Correction V. ZAJAC</b>
9h à 12h	<b>Isabelle MOYSAN</b> Atelier PITTA	<b>Gisèle SIGUIER SAUNE</b> Philosophies comparées (2)	<b>Gisèle SIGUIER SAUNE</b> Philosophies comparées (3)
13h à 16h	<b>Isabelle MOYSAN</b> Atelier VATTA	<b>Sylvie MASSART en visio</b> (2) Anat.mouv. ceint.pelvienne (suite)	<b>Virginie Jazac</b> Education à la santé

### 3<sup>ème</sup> trimestre

	Samedi 5 avril 2025 ROCHET	Samedi 17 mai 2025 en visio	Samedi 21 juin 2025 ROCHETON
9H à 9h30	<b>Christian BERTHON</b> Tantra	<b>Accueil par Virginie ZAJAC</b>	<b>Virginie ZAJAC</b> (Déontologie)
9h30 à 12h 30	<b>Christian BERTHON</b> - Tantra (3)	<b>Michèle LEFEVRE</b> Hatha Yoga Pradipika	<b>Gisèle SIGUIER SAUNE</b> Philosophies comparées (4)
14h à 17h	<b>Christian BERTHON</b> Prânayâma (avec les 2èmes AN)	<b>Michèle LEFEVRE</b> Hatha Yoga Pradipika	<b>Alain MAHIEU</b> -Physiologie (3) Le cerveau
17h15 – 18h15	<b>Joëlle MASSOT</b> Yoga-Nidra	<b>Michèle LEFEVRE</b> Hatha Yoga Pradipika	<b>Yoga Nidra avec Virginie ZAJAC</b>
	Dimanche 6 avril 2025	Dimanche 18 MAI avec Virginie en visio et 2 <sup>ème</sup> année	Dimanche 22 juin 2025
6h15 à 7h	<b>Christian BERTHON</b> Méditation	Week-end en présentiel : 15h Samedi en visio : 15h 15*8=120 heures Reste 5h pour stage Total pour les 4 ans : 550 heures	(méditation) <b>VIRGINIE ZAJAC</b>
7h à 8h	Pratique donnée par un élève Correction <b>Christian BERTHON</b>		Pratique donnée par un élève (Pédagogie)
9h à 12h	<b>Virginie ZAJAC</b>		<b>Virginie ZAJAC</b>
13h à 16h	<b>Sylvie MASSART (en visio)</b> (4) Anat.Mouv.(exam+ateliers)		<b>Nicolas DUSSAUCY</b> Pratiques Posturales

Ce programme sera respecté dans les grandes lignes mais pourra être modifié selon certains impondérables.

Les stages obligatoires auront lieu du jeudi 3 juillet 2025 au dimanche 6 juillet à midi et /ou du jeudi 28 Août au dimanche 31 août 2025 à midi.