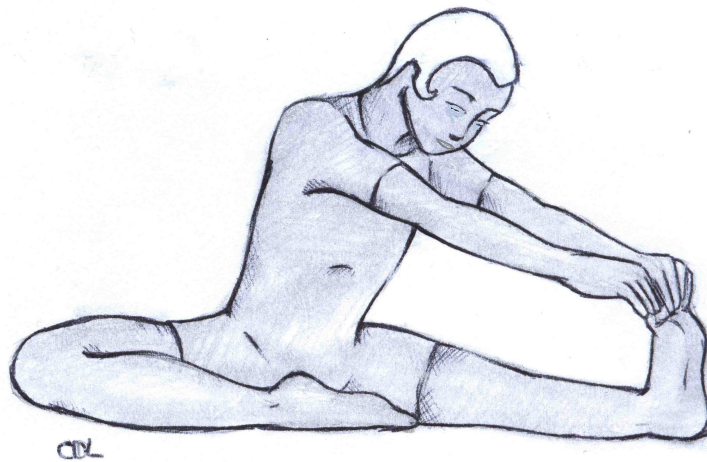


**CYCLE DE POST-FORMATION
2 0 1 7 - 2 0 2 0**

POUR PROFESSEURS DE YOGA VINIYOGA



**ECOLE VINIYOGA DAUPHINE - SAVOIE
DENIS PERRET**

À QUI S'ADRESSE CE CYCLE D'ETUDE ?

Le cycle s'adresse aux enseignants formés dans la tradition de Sri Krishnamacharya suivant la pédagogie Viniyoga, désireux de poursuivre leur propre accomplissement et ainsi de développer leur capacité à accompagner en yoga avec la Présence.

Un suivi individuel de la pratique par un enseignant Viniyoga est vivement recommandé pendant la formation.

DEUX AXES POUR CE CYCLE D'APPROFONDISSEMENT :

Approfondissement de la pratique méditative

- étude des livres III et IV des yoga-sutras de Patanjali (avec de nombreuses expérimentations)
- prana maya kosa :
 - développer la sensibilité énergétique
 - l'axe, la shakti
- Sons et chants, en assise et dans les postures
- Pratyāhāra : déploiement intérieur et extérieur ; état de disponibilité
- La voie spirituelle (l'exploration individualisée se vit en dehors des stages de groupe):
 - La Présence ; l'instant présent, le Divin dans la forme humaine.
 - Appeler les vertus yogiques dans sa vie
 - Masculin-Féminin
 - Mère-Terre, Père-Ciel
 - L'équilibre pôle puissance, pôle coeur, pôle lumière
 - Le coeur thérapeute
 - Maitrī et Prema
 - Relation à son maître intérieur, à ses guides
- Samapatti en asana :
 - les postures mudra
 - affinement des postures assises
 - certaines postures du tableau B
 - mudra des mains (intervenants : Denis et Philippe Vincent, praticien en énergétique et expert en hasta mudra)

Approfondir sa formation à l'accompagnement individuel

- comment mettre en oeuvre un cours individuel dans la durée
- dynamique de la relation duelle
- écoute de la personne dans tous ses aspects
- accompagner la personne avec la Présence
- ateliers pratiques
- soutien thérapeutique:
 - base de la yoga-thérapie et applications sur quelques pathologies courantes
 - yoga-ayurveda, avec en fin de première année un stage sur la cuisine ayurvédique au quotidien (Evelyne Mathelet praticienne ayurveda interviendra chaque année)

- donner de l'autonomie avec l'Enfant Intérieur ; comprendre la vie émotionnelle
- repères sur les profils psychologiques particuliers et les dynamiques relationnelles selon la psychologie occidentale (intervenant Jean-Luc Poinas, psychologue et enseignant de yoga)
- exploration des variantes des principales postures ; explorations des différentes gammes de bhavana

Les divers enseignements seront soutenus par des apports théoriques issus des principaux textes sur lesquels la tradition Viniyoga s'appuie, Yoga Sutra et aussi :

Yoga Yajnavalkya, Bhagavad Gita, Yoga Rahasya, Hatha Yoga Pradipika, Samkhya

Modules à la carte (en fonction des demandes, en sus du calendrier établi), pour accompagner avec le yoga des publics spécifiques

- femmes, pré et post-natal
- seniors
- enfants, jeunes
- sportifs (postures exigeantes du tableau B, vinyasa sportifs),

ORGANISATION DE LA FORMATION

L'esprit de ce cycle est d'aller ensemble vers plus d'unité et de développer notre capacité à accompagner toute sorte de personne qui vient vers nous.

Une forme participative:

- Co-construire un mode d'enrichissement mutuel par la simple authenticité de chacun et l'ouverture élargie
- Vie en résidentiel pendant les stages
- Ateliers
- Etude de cas

Trois années d'étude soit 260 heures de formation, plus des heures optionnelles.

Trois Week-End par an (vendredi 18h30 au dimanche 16h, 17h d'enseignement) et un stage d'été de cinq jours (36h d'enseignement).

Les stages ont lieu dans un cadre magnifique :

les stages de week-end à Lachenal, à Bozel en Savoie (1h15 de Chambéry et 1h30 de Grenoble), en gestion libre pour diminuer les coûts.

Les stages d'été au Désert d'Entremont le vieux, (20 mn de Chambéry et 55 mn de Grenoble) en pension complète.

Toutes les dates sur le site:

www.ecoles-viniyoga-formation.com/-Denis-Perret

DENIS PERRET FORMATEUR VINIYOGA



En 1985 Denis Perret s'initie au Viniyoga du yoga à Grenoble pendant ses études d'Ingénieur en Génie Mécanique.

En 1992 il suit le cycle de formation à l'enseignement Viniyoga du yoga. Il commence à enseigner en 1994 en parallèle de son activité dans l'industrie.

En 2000 il consacre entièrement son activité professionnelle au yoga. Il enseigne notamment aux enfants et aux jeunes, deux cours hebdomadaires pendant huit ans.

En 2004 il commence son activité de Formateur de Professeurs de yoga au sein de l'école de Claude Maréchal.

Il intervient ponctuellement en entreprise pour des formations de gestion du stress.

En 2013 il prend son autonomie en tant que formateur et la responsabilité des formations de Professeurs sous l'égide de l'Ecole Viniyoga Dauphiné-Savoie.

Formé à l'enseignement par C. Maréchal et Frans Moors.

Son professeur pour sa pratique personnelle fut pendant 10 ans Mme Misha Bret.

Formation continue pendant 20 ans auprès de Claude Maréchal.

Formation de quatre ans en yoga-thérapie auprès du Dr Chandrasekaran et de Bernard Bouanchaud

Formation en yoga-ayurveda auprès d'Eveline Mathelet et de Serge Aubry.

Se forme depuis 2013 à l'écoute de la Personne par la Présence.

Actuellement développement personnel auprès de Sylviane Gianina et de Frédérique Martinet.

Cette transmission en post-formation sera soutenue par l'enseignement de Sylviane Gianina, mon enseignante de yoga; elle est en pointe sur l'actualisation du yoga aux nécessités de la Nouvelle Terre.

D'AUTRES FORMATEURS SPÉCIALISÉS INTERVIENDRONT PONCTUELLEMENT

Evelyne Mathelet en Ayurveda, Jean-Luc Poinas en psychologie, Philippe Vincent en hasta mudra, ...

COUT DE L'ENSEIGNEMENT

les honoraires des week-end sont de 170 €

les honoraires des journées optionnelles sont de 75 € par jour

les honoraires du stage d'été sont de 380 €

les honoraires incluent les différents documents pédagogiques

le versement des honoraires se fait en début d'année (à l'automne),

les encaissements se font après chaque stage.

Ces tarifs sont fixes pour la durée des 3 ans du cycle

Frais d'hébergement :

en gestion libre : de 24 € à 28 € la journée

en pension complète : 49 € la journée

ADRESSE ADMINISTRATIVE, RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

DENIS PERRET

ECOLE VINIYOGA DAUPHINE-SAVOIE

3, rue du Champlars 38240 Meylan

tel: 06 18 24 65 06

mail: perretdenis@aol.com

site web: (informations dates, lieu, ...)

www.ecoles-viniyoga-formation.com/-Denis-Perret

N° SIRET : 480 234 285 000 17

POST-FORMATION

ECOLE VINIYOGA DAUPHINE-SAVOIE 2017 – 2020

BULLETIN D'INSCRIPTION / 1ère ANNÉE

NOM _____
PRÉNOM _____
N° _____ RUE _____
CODE POSTAL _____ VILLE _____
TÉLÉPHONE _____
E-MAIL _____
DATE DE NAISSANCE _____
PROFESSION _____ SEXE _____

- Je m'inscris au cycle de formation 2017 – 2020
- Je joins à mon inscription un acompte de 100 € sur les honoraires de la première année, chèque libellé à l'ordre de Denis Perret (encaissé au 10 octobre 2017)
- Je joins une photo d'identité (ou photocopie de photo)

Date _____ Signature: _____

L'ENSEIGNEMENT VINIYOGA DU YOGA

« Ce n'est pas la personne qui doit s'adapter au yoga mais le yoga qui doit être ajusté à chaque personne ».

Professeur T. KRISHNAMACHARYA

« L'esprit de VINIYOGA, c'est de partir de là où on se trouve. Puisque chacun est différent et change de temps à autre, il ne peut y avoir de point de départ commun et les réponses toutes faites ne serviront à rien. Il est nécessaire d'examiner la situation actuelle et de remettre en cause le statut habituellement admis ».

T.K.V DESIKACHAR