
POST-FORMATIONS YOGAMRITA**Modalités de personnalisation d'accès à la formation**

Conditions générales

- Les formations sont généralement proposées directement à des professeurs de yoga qui s'inscrivent sur le site.
- Des écoles de formation de professeurs de yoga font aussi intervenir ponctuellement l'école Yogamrita dans le cadre de leur propre formation.
- Les formations proposées par l'école de yoga Yogamrita ont toujours lieu en présentiel.

Les conditions générales dans lesquelles la formation est dispensée sont les suivantes :

- Si l'école Yogamrita est invitée à intervenir pour une autre école, cette dernière met à disposition de l'intervenant de Yogamrita les locaux nécessaires et le matériel ne pouvant être déplacé si l'intervenant vient en train.
- Un lieu de stage a été réservé et loué par l'école de Yoga Yogamrita. Ce lieu est adapté à l'organisation de stages de yoga en pension complète et au nombre de stagiaires inscrits. Les stagiaires sont logés sur place. Des solutions adaptées peuvent être trouvées, au cas par cas, pour les professeurs-stagiaires habitant à côté ou ayant un petit budget.
- Le lieu de stage comporte obligatoirement une grande salle de pratique, adaptée au nombre de participants de la post-formation.

Matériel pédagogique

Les moyens pédagogiques et techniques sont les suivants.

L'école apporte le matériel pédagogique nécessaire aux bonnes conditions du déroulement des post-formations et à la transmission, tel que :

- Briques de yoga en liège
- Blocs de yoga en mousse
- Sangles de yoga
- Bolsters
- Ballons Pilate
- Balles de tennis
- Couvertures de déménagement
- Tapis de yoga pour tous les participants
- Tapis de yoga « de dépannage » (les stagiaires apportent leur propre tapis de yoga)
- Bols tibétains

SARL YOGAMRITA - Pont ar Marc' Had - 29650 Guerlesquin (F) - tél. 06 84 30 89 25 - email : yogamritaformations@gmail.com - site internet : <http://www.yogamrita-inscriptions.fr> - Siret 803 679 166 00014 - Code NAF 8551Z - Capital social : 2 000€ - RCS de Brest - N° TVA intracommunautaire : FR 78 803 679 166 - Exonération de TVA selon l'article 261 du Code Général des Impôts - Prestataire de formation professionnelle continue : Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53 29 08775 29 auprès du préfet de région Bretagne. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État mais permet une prise en charge par votre employeur ou un organisme de financement.

- Cloche, décorations (Om, Chakras, ...)
- Instrument de musique : Shruti box
- Instrument de musique : Harmonium
- Livres de référence
- Posters d'illustrations en Yoga et/ou Ayurveda
- Magazines de yoga, articles, ...
- Huiles de massages
- Tentes de sudation
- Lota pour Jala Neti, sel, gratte-langue
- Réchaud à gaz,
- Compléments alimentaires ayurvédiques pour atelier d'Ayurveda
- Epices pour atelier d'Ayurveda
- Projecteur pour les conférences
- Ordinateur et présentations Powerpoint
- Tableau et stylos
- Supports sous forme de fiches ou documents papier
- Utilisation d'Internet pendant les conférences
- Visionnage de vidéos disponibles gratuitement sur le net
- Le blog de la directrice de la formation, Michèle Lefèvre, <http://yogamrita.com/blog/> pourra servir de base d'information aux stagiaires.
- Mise en ligne des, sur un site privé dédié aux professeurs-stagiaires, après chaque stage. Après chaque stage, les supports de la formation, sous forme électronique (accès internet sécurisé), sont mis à disposition du stagiaire. Le stagiaire pourra télécharger la documentation dans les 3 mois.

Modalités pédagogiques

Les moyens mis en œuvre diffèrent selon qu'il s'agit d'une formation courte (se tenant sur un seul stage de quelques jours) ou d'une formation longue (se tenant sur plusieurs stages).

Le mémoire et les travaux à domicile ne concernent que les formations longues.

- Cours théoriques, sous forme de conférences avec support Powerpoint (ou sans support)
- Cours de yoga quotidien
- Séances de pratique et d'étude des techniques du yoga
- Ateliers de Yoga : exercices à réaliser seul, en binôme, en trinôme ; mises en situation de transmission du yoga ;
- Ateliers d'Ayurveda (si applicable): ateliers de cuisine ayurvédique, découvertes des produits ayurvédiques (huiles de soin, préparations, poudres dentaires, lotions, ...), de compléments alimentaires ayurvédiques (plantes, remèdes maison traditionnels), pratique de certains soins et routines ayurvédiques, automassage, ...
- Travaux pratiques de Yoga (et d'Ayurveda si applicable) :

- En stage : observation de la langue, des yeux, de la peau, du pouls, etc. Définition de la constitution ayurvédique. Faire des propositions adaptées de routine de vie et en Ayurveda. Faire des propositions adaptées en yoga.
- A la maison, avec des volontaires : observation de la langue, des yeux, de la peau, du pouls, etc. Définition de la constitution ayurvédique. Faire des propositions adaptées de routine de vie et en Ayurveda. Faire des propositions adaptées en yoga.
- Autres demandes de travail continu :
 - Travail personnel de mise en application des aspects étudiés, en yoga et en ayurveda (si applicable).
 - Questionnaires d'étude et autres travaux à rédiger à la maison
 - Ces travaux continus sont corrigés et discutés avec le stagiaire.
 - Ils sont partagés avec le reste du groupe en formation.
- Pédagogie en vue de l'enseignement du yoga avec approche ayurvédique : conférences théoriques, ateliers pratiques avec les étudiants, cours de yoga pour expérimenter, extraits de cours donnés par les stagiaires au reste du groupe
- Feedback individuel et en groupe
- Entretiens individuels et/ou cours particuliers avec les responsables de la formation

Modalités d'évaluation

Ces contrôles serviront à valider la post-formation :

- Evaluation de départ : pour évaluer les besoins et le niveau de chacun
- Contrôles continu : travaux effectués à domicile
- Contrôles de fin de stage / ou en fin de chaque année d'étude, possibles sous deux formes :
 - écrite : réponse à des questions sur la matière étudiée, et
 - orale : enseignement (cours de yoga préparé) à un groupe.
- Soutenance du mémoire de fin d'étude devant un jury composé de 2 enseignants-formateurs en yoga avec approche ayurvédique.