

FORMATION 30H

L'APRÈS 200H

YOGA
TEACHER

TRAINING

4 JOURS. 8 PLACES. 30H DE FORMATION.

18 - 20 MARS 2027

THEYOGiNME Yoga Studio



UN ESPACE D'ÉCHANGE ET D'EXPLORATION ENTRE ENSEIGNANTS

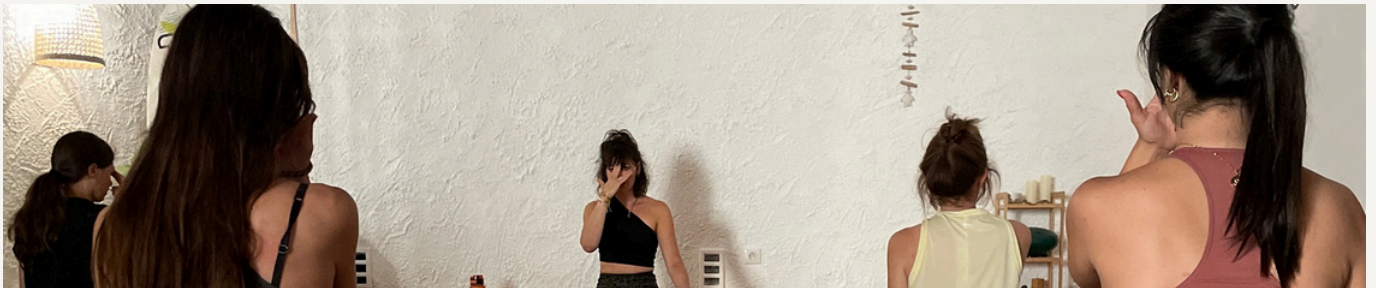
Vous avez fait notre formation initiale 200H et vous souhaitez prolonger le plaisir ? Voici "l'après 200H", une session de formation spécifique pour aller un peu plus loin et gagner en confiance.

L'idée de cette formation est de proposer un espace dédié au partage d'expérience dans ce parcours de transmission du Yoga qui peut parfois paraître vertigineux.

Nous aborderons toutes les problématiques que vous rencontrez depuis votre formation initiale. Que vous donniez 15 cours par semaine ou que vous n'ayez pas encore osé vous lancer, que vous manquiez d'inspiration ou de légitimité, que vous ayez besoin de revoir certains concepts, d'approfondir certains sujets, cette session est conçue pour s'adapter à vos besoins et vos envies.

AU PROGRAMME

Cette formation n'a pas de programme défini à l'avance, et c'est volontaire. Elle est pensée pour s'adapter à vos parcours, à vos questions et à vos besoins. Parce que chaque groupe est différent, **cette formation se construit avec vous**. Les grandes thématiques présentées ici sont donc un point de départ pour articuler les différents modules et les choix des thèmes abordés, au plus près de vos réalités d'enseignement. **L'objectif : vous apporter des outils concrets et directement applicables à votre pratique.**



Le groupe

Lors de votre inscription, nous vous demanderons de remplir un questionnaire afin de mieux comprendre votre parcours, vos expériences et vos besoins. Cela nous permettra de préparer des interventions spécifiques et de construire la formation autour de thématiques qui vous seront réellement utiles.

La pratique

Les pratiques guidées seront l'occasion de retrouver le plaisir d'être élève et de se laisser porter. Elles seront complétées par des temps d'exploration et d'expérimentation, à travers des ateliers permettant d'affiner certains outils et d'en découvrir de nouveaux, en lien avec les besoins définis pour le groupe.

La théorie

Nous prendrons le temps d'approfondir certaines notions, d'en explorer de nouvelles et de partager nos expériences autour de sujets qui méritent d'être éclaircis. Philosophie, anatomie, histoire du Yoga, techniques d'ajustements et d'adaptation, séquencing... autant de thématiques que nous pourrons aborder en fonction de vos besoins et de ce qui peut concrètement nourrir votre enseignement.

L'expérience

Quatre jours pour nourrir l'élan, la curiosité, la confiance, l'inspiration et le plaisir de transmettre. Et au détour d'un échange peut-être, trouver une réponse, faire naître une idée nouvelle, ouvrir une porte qu'on n'osait pas pousser...



HORAIRES

Jeudi - 9h > 17h
Vendredi - 9h > 18h
Samedi - 9h30 > 17h30
Dimanche 9h30 > 17h

PAUSES DÉJEUNERS

Vous aurez entre 1h et 1h30 pour manger le midi selon le programme. Le planning détaillé vous sera envoyé avant le début de la session de formation.

CONDITIONS D'INSCRIPTION ET DE CERTIFICATION

Cette formation est certifiante pour les professeurs de Yoga diplômés 200h par notre école, afin d'affiner leurs pratiques d'enseignements. Elle a pour but de contribuer à la veille professionnelle et à la formation continue des professeurs de Yoga.

Elle peut s'adresser à des professeurs formés par d'autres écoles, sur candidature et en fonction des attentes et besoins identifiés lors d'un échange avec l'équipe pédagogique.

Pour engager votre démarche d'inscription contactez nous par mail : **contact@theyogiinme-castelnau.com**

COÛT DE LA FORMATION ET CONDITIONS DE PAIEMENTS

Le coût des frais pédagogiques s'élève à 640€, il comprend également les supports de cours et la mise à disposition du matériel pour la durée de la session.

Paiement possible en 1, 2 ou 3x :

2 fois : 320 € à l'inscription + 320 € le mois suivant.

3 fois : 1/3 à l'inscription + 1/3 chacun des deux mois suivants.

Tarif early bird : 590€ (paiement en 1 fois avant le 1er novembre 2026)

Attention : l'inscription à cette formation ne peut pas faire l'objet d'un remboursement en cas de désistement, elle vous engage à suivre le cursus dans sa totalité.

Les conditions de ventes seront présentes sur votre contrat de formation à signer et à envoyer avec votre paiement.

MATÉRIEL

Tous le matériel nécessaire pour la pratique est à disposition au studio. Bouilloire et machine à café Nespresso également.

Vous êtes libre pendant la pause déjeuner, il y a des restaurants sur la place en haut de la rue, vous pouvez amener vos repas, si le temps le permet, il y a le parc en bas de la rue au bord de la rivière, très agréable pour un "pique nique", ou vous pourrez rester au studio s'il n'y a pas de cours collectifs. Nous mettons à disposition un micro onde mais nous n'avons pas de frigo.

Prévoyez :

Des tenues confortables et adaptées à la température du moment

Une gourde, vos collations

Carnet, stylos, ect ...

**Si vous avez la moindre question, contactez nous par mail :
contact@theyogiinme-castelnau.com**



THEYOGIINME
YOGA