Aqua Yoga ®

Programme de la formation en yoga aquatique - E-Learning

Dominique Cartan

Numéro du Module	Nom du module	12 Séances Zoom	Fiches à télécharger Documents théorie Vidéos	Travail personnel
de 1 à 7	1. Théorie et approche de la Philosophie du yoga. 2. Asanas pieds au sol 3. La respiration 4. Hasta Vinyasa 5. Relaxation 6. Architecture d'une séance 7. Accompagnement postural	- 1 séance programmée par mois - Séances supplémentaires à la demande	1. Pas de Fiche / Document 1/ pas de vidéo 2. Fiche 1 + Document 2+ vidéoN°1 3. Fiche 2 + Document 3 + vidéo N°2 4. Fiche 3 + Document 4 + vidéo N°3 5. Fiche 4 + Document 5 / pas de vidéo 6. Fiche 5 + Document 6 /vidéo N°4 7. Pas de Fiche / Document 7 / pas de vidéo	- Recherches personnelles - Pratiques personnelles - devoirs*
de 8 à 13	8. Namaskar 9. Pranayama 10. Corps énergétique 11. Ayurvéda 12. Mudra 13. Asanas en immersion	- 1 séance programmée par mois - Séances supplémentaires à la demande	8. Fiche 6 + Document 8 + vidéo N°5 9. Fiche 7 + Document 9 pas de vidéo 10. Fiche 8 + Document 10 / pas de vidéo 11. Pas de fiche / Document 11 : pas de vidéo 12. Fiche 9 / Document 12 / pas de vidéo 13. Fiche 10 + Document 13 + vidéo N°6	- Recherches personnelles - Pratiques personnelles - devoirs*
de 14 à 17	14. Tantra / Mantras / Sanskrit 15. Pédagogie 16. Méditation aquatique / Musique 17. Architecture d'une séance / Code de déontologie	- 1 séance programmée par mois - Séances supplémentaires à la demande	15. Pas de fiche / Document 15/ pas de vidéo 16. Pas de fiche / Document 16/ pas de vidéo 17. Pas de fiche / Document 17/ pas de vidéo	- Recherches personnelles - Pratiques personnelles - devoirs*
Évaluation finale « Concevoir et animer des séances de yoga aquatique »	QCM de 30 questions portant sur la théorie du yoga aquatique	Un oral de 30mn par zoom qui porte sur la séance filmée et sur l'ensemble de la théorie de la formation.	Évaluation d'une séance de 20mn conduite par le candidat, filmée et transmise à l'organisme de formation 1 semaine minimum avant l'évaluation finale	***Détails des devoirs voir Récapitulatif des devoirs**

Immatriculé sous le N° de déclaration 76341126934
auprès du Préfet de la Région Occitanie
N° de Siret 90032419500016

Tél: 06.14.63.01.06
dominique@aqua-yoga.fr

Accréditation: 5-0616 portée disponible sur www.cofrac.fr
Ne vaut pas agrément de l'État