

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	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 séance programmée par mois</li> <li>- Séances supplémentaires à la demande</li> </ul>	1. Pas de Fiche / Document 1/ pas de vidéo 2. Fiche 1 + Document 2+ vidéo N°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	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recherches personnelles</li> <li>- Pratiques personnelles</li> <li>- devoirs*</li> </ul>
de 8 à 14	8. Namaskar 9. Pranayama 10. Corps énergétique 11. Ayurvéda 12. Mudra 13. Asanas en immersion 14. Aqua yoga prénatal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 séance programmée par mois</li> <li>- Séances supplémentaires à la demande</li> </ul>	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 14. Pas de fiche / Document 14 / pas de vidéo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recherches personnelles</li> <li>- Pratiques personnelles</li> <li>- devoirs*</li> </ul>
de 15 à 19	15. Aqua-yoga santé 16. Tantra / Mantras / Sanskrit 17. Pédagogie 18. Méditation aquatique Musique 19. Architecture d'une séance Code de déontologie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 séance programmée par mois</li> <li>- Séances supplémentaires à la demande</li> </ul>	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 18. Fiche 11 + Document 18 / pas de vidéo 19. Fiche 12 + Document 19 / Vidéo N°7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recherches personnelles</li> <li>- Pratiques personnelles</li> <li>- devoirs*</li> </ul>
Évaluation finale	Un QCM de 30 questions	Un oral de 60mn par zoom qui porte sur la séance filmée et sur l'ensemble de la théorie de la formation.	Évaluation d'une séance ou d'une partie de séance d'aqua yoga filmée.	<b>*Détails des devoirs voir Récapitulatif des devoirs</b>