AQUA - YOGA

E-Learning — 100% en ligne



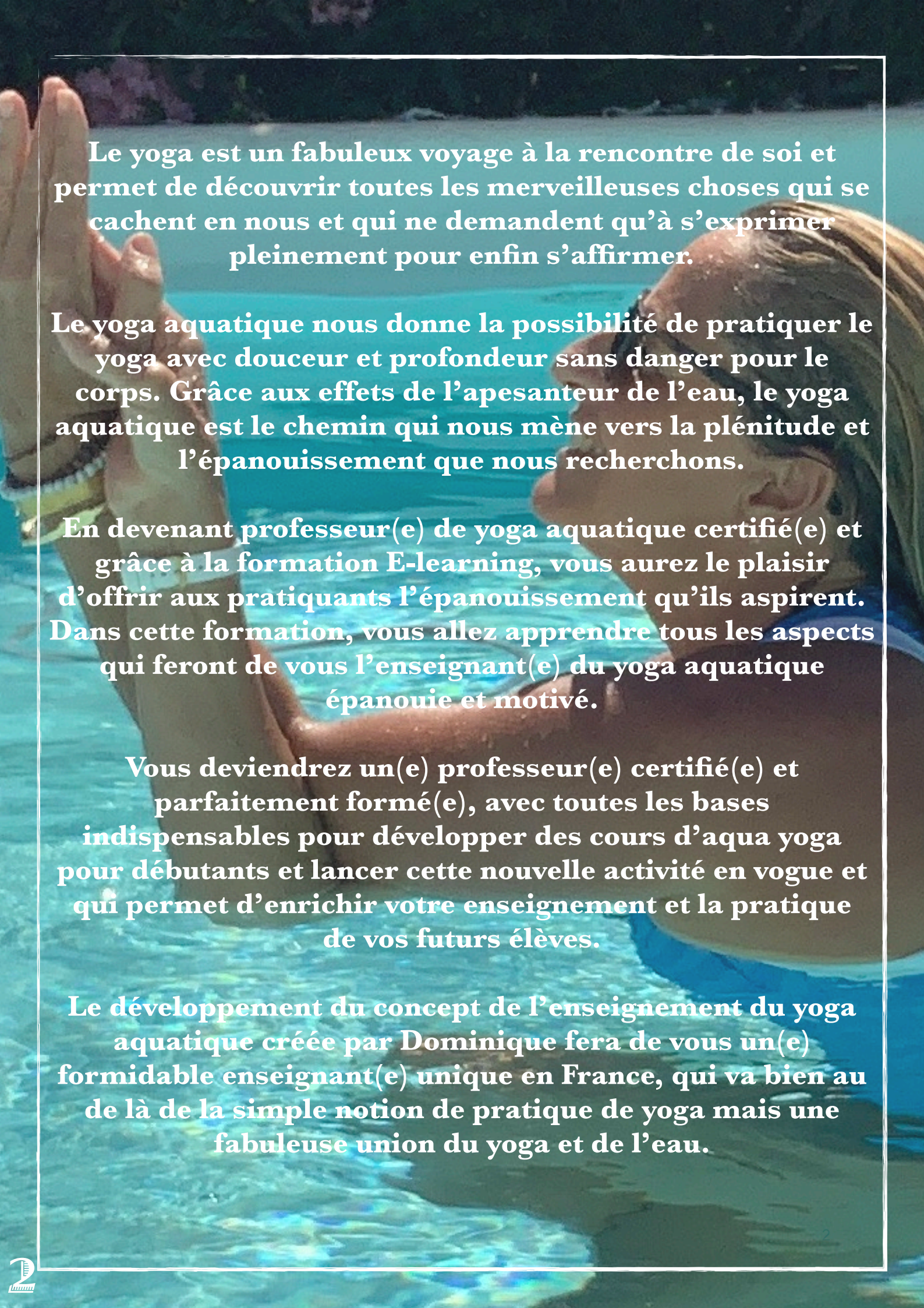
Formation certifiée enseignant en

Aqua yoga®

Formez-vous à votre rythme grâce à la formation en yoga aquatique 100% en ligne

Accessible instantanément après votre inscription et en illimité, 24h/24h et 7j/7j pendant 1 an.

- ✦ Soyez dans la tendance du moment
- ✦ Faites partie du mouvement actuel
- ✦ Devenez enseignant(e) en yoga aquatique



Le yoga est un fabuleux voyage à la rencontre de soi et permet de découvrir toutes les merveilleuses choses qui se cachent en nous et qui ne demandent qu'à s'exprimer pleinement pour enfin s'affirmer.

Le yoga aquatique nous donne la possibilité de pratiquer le yoga avec douceur et profondeur sans danger pour le corps. Grâce aux effets de l'apesanteur de l'eau, le yoga aquatique est le chemin qui nous mène vers la plénitude et l'épanouissement que nous recherchons.

En devenant professeur(e) de yoga aquatique certifié(e) et grâce à la formation E-learning, vous aurez le plaisir d'offrir aux pratiquants l'épanouissement qu'ils aspirent. Dans cette formation, vous allez apprendre tous les aspects qui feront de vous l'enseignant(e) du yoga aquatique épanouie et motivé.

Vous deviendrez un(e) professeur(e) certifié(e) et parfaitement formé(e), avec toutes les bases indispensables pour développer des cours d'aqua yoga pour débutants et lancer cette nouvelle activité en vogue et qui permet d'enrichir votre enseignement et la pratique de vos futurs élèves.

Le développement du concept de l'enseignement du yoga aquatique créée par Dominique fera de vous un(e) formidable enseignant(e) unique en France, qui va bien au de là de la simple notion de pratique de yoga mais une fabuleuse union du yoga et de l'eau.

Pourquoi suivre la formation en yoga aquatique 100% en ligne?

- Parce qu'elle est unique en France, elle est complète et allie parfaitement le yoga et l'eau.
- Parce qu'elle donne aux maîtres nageurs l'opportunité d'enrichir leur enseignement et développer leurs activités.
- Parce qu'elle apporte aux professeurs de yoga une opportunité d'enrichir leur pratique et leur enseignement du yoga.
- Une formation à distance est plus souple à organiser dans son quotidien familial et professionnel.
- Elle limite les déplacements, la fatigue et permet d'être 100% disponible quand vous le décidez.

La formation est un parcours complet et unique en France créée par une maître nageur et qui est aussi professeur de yoga

Programme

- Théorie et pratique d'Hasta Vinyasa
- Théorie et pratique des Asanas
- Théorique et pratique des Asanas en immersion
- Théorie et pratique de souffle, de respiration aquatique et de Pranayama
- Philosophie du yoga et du yoga aquatique
- Approche du Tantra yoga, des Mudras, des Mantras et du Sanskrit
- Théorie et pratique de la Relaxation et de Méditation aquatique
- Théorie et pratique de l'Accompagnement postural
- Architecture d'une séance
- Vidéos des asanas, des exercices de souffle, de pranayama et de séance d'aqua yoga

La formation yoga aquatique en ligne est certifiée Qualiopi, vous avez la possibilité de faire prendre en charge votre formation par un organisme financeur.

Pour qui?

Pour vous qui souhaitez découvrir ou faire découvrir cette nouvelle activité en plein essor. Cette formation en yoga aquatique est accessible à tout le monde, les enseignants de la natation et du yoga, ils enrichiront leurs cours et donneront un nouveau souffle à leur enseignement. Le yoga aquatique est un excellent complément pour les kinés, infirmier·es, sages-femmes, sophrologues, spécialistes du bien-être et coachs sportifs, vous permettent de proposer une pratique douce, sécurisée et bénéfique en milieu aquatique.

* voir les conditions réglementaires sur la fiche technique

Un nouvel apprentissage

La formation en yoga aquatique 100% en ligne permet une flexibilité dans l'apprentissage et apporte à la situation actuelle un nouveau regard sur l'enseignement à distance.

En suivant la formation en yoga aquatique en ligne, vous choisissez de vous former, sans aucune limite ou contrainte, mais avec des leviers de motivation pour vous guider, vous aider et vous accompagner.

Pendant toute la formation vous avez un accès aux vidéos de la formation et au fur et à mesure des Modules. Vous parcourez et assimilerez ainsi ce nouvel enseignement à votre rythme. La pédagogie est très encadrante et bienveillante, mais vous restez toujours libre d'évoluer à votre rythme, d'accélérer, de ralentir, voire de faire une pause. Le suivi pédagogique suit votre rythme, vos demandes et est tout à votre écoute.

Contenu de la formation E-learning

La formation comprend 17 Modules

17 Documents et 12 Fiches à télécharger
Chaque module se compose de cours théoriques et de documents à télécharger

Vidéos

Vous aurez accès pendant toute la formation à 7 vidéos d'exercices de yoga adaptées à l'eau, d'exercices spécifiques à la natation adaptés au yoga et d'exercices de Pranayama

Des séances complètes de yoga aquatique en relation avec les fiches

Plusieurs vidéos de séances de yoga aquatique vous sont proposées en fonction des chapitres, vous pouvez les utiliser pour vos séances pratiques avant de vous sentir prêt(e) pour créer vos propres séances.

Tout l'enseignement, théorique, pratique, pédagogique et posturale est assuré par Dominique, professionnelle dans les deux domaines la natation et le yoga.

Évaluation annuelle

L'évaluation de la formation se déroule tout au long de l'année avec la validation des modules. À la fin du dernier module, une évaluation finale est programmée conjointement avec l'élève.

Évaluation finale

Le certificat « Concevoir et animer des séances de yoga aquatique »est délivré à la suite d'une évaluation finale par l'organisme certificateur « Institut Français de certification en yoga aquatique ».

La participation à l'oral se passe en visioconférence et est porté sur la séance de yoga aquatique que vous aurez conduit en amont.
La séance doit être filmée puis transmise à l'organisme de formation.
Après avoir rempli toutes les modalités de l'évaluation finale, vous obtiendrez par mail votre certification « Concevoir et animer des séances de yoga aquatique ».

Contenu de l'évaluation finale

Evaluation des acquis : QCM de 30 questions théoriques
Une séance pratique de votre enseignement et un oral

Conditions d'attribution de la certification « Concevoir et animer des séances de yoga aquatique »

La certification est acquise si le candidat a participé à la totalité de la formation en présentiel ou en distanciel et obtient une note supérieure ou égale à 50 points sur 100, sans avoir obtenu de notes éliminatoires aux 3 épreuves (notes inférieures à 10 / 30 pour le QCM, note inférieure à 30 / 50 pour la séance pratique et une note inférieure à 10/20 pour l'oral).

Objectifs

- Conduire une séance de yoga aquatique en milieu naturel (mer-lac) ou fermé (piscine, privé-public) en petite profondeur
- Animer une séance ludique et cohérente en accord avec l'architecture d'une séance.
- Transmettre les principes déontologiques et philosophiques du yoga
- Gérer les différentes problématiques qui peuvent intervenir avant, pendant et après les cours
- Sécuriser les pratiquants et proposer des exercices adaptés au niveau des élèves

Inscription

L'inscription est effective après le paiement de la formation et s'effectue à partir d'un lien vers la plateforme que vous obtiendrez par mail.

Contact d'inscription: à partir du formulaire de contact
dominique@aqua-yoga.fr
Tèl: 06.14.63.01.06

Accessibilité

La formation en yoga aquatique est accessible à tous sous conditions.

Les personnes en situation de handicap peuvent accéder à la formation sous condition de répondre aux pré-requis établis lors de l'inscription.

Tous les moyens sont mis en oeuvre pour faciliter l'apprentissage.

Support pédagogique, FAL/FAC, support numériques, supports audio et vidéo, support logistique et humain.

Pré-requis formation

- Être âgée de 18 ans
- Attestation de natation de 200m NL
- Attestation de pratique de yoga
- PSE1 (ou en cour d'obtention)

Pré-requis certification

- BPJEPS - Coach sportif
- Kiné - Sophrologue - infirmier(ère) - professeur de yoga
- Professionnel du bien-être

Tarifs

1500€

la formation complète

Compris dans la formation

- **Documents à télécharger**
- **Livret d'accueil à télécharger**
- **Vidéos de séances de yoga aquatique**
- **Soutient pédagogique**
- **Le livre : « Jala yoga la pratique facile du yoga aquatique »**

Pas de remboursement possible

Certification

150€

Demandez un devis

Informations utiles

Organisme formateur

https://aqua-yoga.fr

dominique@aqua-yoga.fr

Tèl: 06.14.63.01.06

Organisme certificateur

https://institut-certification-yoga-aquatique.fr

contact@institut-certification-yoga-aquatique.fr

Tèl: 06.14.63.01.06