****

**Formation de professeur thérapeutique niveau 2**

**Post-formation de 100 heures**

**Avec Swami Maa Veenananda, Yogacharya Véronique Jean**

**Centre Ganga Yoga**

****

[**www.centregangayoga.com**](http://www.centregangayoga.com)**info@centregangayoga.com**

Le cancer

La fibromyalgie

Problème d’équilibre

Glaucome

Arthrite

Ostéoporose

Migraine

Problème d’intestin

Stress

Insomnie

Constipation

Problème respiratoire

Problème de cou

Problème cardiaque

*Maux de dos :*
le haut du dos,
le milieu du dos,
le bas du dos

Le nerf sciatique

Dans cette formation, il y aura l’étude des textes sacrés :

- Le yoga sutras de patanjali le livre 3

- Les perles de sagesse de sivananda

- Des extraits des upanishads

Le volet thérapeutique :
L’essence principale de cette formation est l’étude des 5 éléments qui est la base ancestrale du yoga.
À chaque mois, vous étudierez un élément qui sera avec une sadhana précise pour activer l’élément en vous.

Dans cette formation il vous sera enseigné :

Comment construire une séance de yoga pour activer un élément selon le besoin
qui vous habite dans l’instant présent.

* Comment déterminer les éléments qui sont présents ou manquants dans une personne.
* Qui a besoin d’activer l’Élément.
* Quelle posture de yoga active l’Élément.
* Le pranayama qui active l’Élément.

Vous allez étudier comment enseigner avec les personnes qui ont des problèmes dans
l’espace du corps physique. Dans cette étude, vous allez comprendre la maladie par la description
de la pathologie et regarder les postures qui sont recommandées, les contre-indications,
le pranayama qui est suggéré, la méditation et la relaxation.

Voici les thèmes qui seront étudiés de manière théorique et pratique :

Cette formation thérapeutique a pour essence de vous permettre de purifier vos samkaras avec une sadhana précise à chaque mois. Pour bien intégrer, il vous sera offert une posture thérapeutique et un pranayama à vivre pendant votre mois.
à chaque fois, la sadhana sera différente, cela travaillera des objectifs précis en vous, permettra la purification de tous les koshas et créera de l’espace dans tous vos corps. Vous allez activer le flux pranique dans des espaces précis de votre corps.
Enfin, il vous sera enseigné comment activer le prana et le diriger en vous avec des techniques précises de prana vidya

6 rencontres
**Centre Ganga Yoga**

15, rue des Ancolies,
Saint-Calixte, québec JOK1Z0

6 rencontres
**Centre Ganga Yoga**

**8690a, rue hochelaga, Montréal, québec h1l2m6**

**Lieux
d’enseignements**

**Voici l’horaire d’une journée de formation**

8h30 à 10h30 séance de yoga thérapeutique : Asana, pranayama, mudra, mantra, méditation et shavasana

10h30 à 11h00 retour sur la sadhana du mois passé et étude de la sadhana du mois suivant

11h00 à 12h00 le yoga thérapeutique : la théorie

13h15 à 14h00 étude des textes sacrés

14h00 à 17h00 le yoga thérapeutique : la théorie et la pratique.

Au plaisir de vous enseigner

Om shanti

Swami Maa Veenananda, Yogacharya
Véronique Jean

Centre Ganga Yoga

514-333-9939

Date prochaine formation

* 8 mars 2014
* 12 avril 2014
* 10 mai 2014
* 21 juin 2014
* 12 juillet 2014
* 9 août 2014
* 20 septembre 2014
* 4 octobre 2014
* 1er novembre 2014
* 13 décembre 2014
* 24 janvier 2015
* 21 février2015

**Date pour la
post-formation**

**Le tarif**

1800$
pour 12 mois de formation

La formation est offerte
un samedi par mois de
8h30 à 17h00 sur 12 mois

Cette formation s’adresse aux professeurs de yoga
qui ont complété une formation de 300 heures certifiées en hatha yoga.

**Conditions d’admissibilité**

Dans cette formation vous allez étudier le pranayama thérapeutique et apprendre à construire des séances de pranayama spécifique et thérapeutique pour des cas précis, comme par exemple: le stress, la fatigue, la dépression, l’insomnie, etc.

Vous allez étudier également comment apporter de la force dans l’espace du corps.

Cette formation, va aussi vous apprendre comment enseigner le yoga aux personnes âgées, aux femmes enceintes et aux enfants pour leur créer des séances pour eux, dans le thérapeutique.

[**www.centregangayoga.com**](http://www.centregangayoga.com)**info@centregangayoga.com**