

PROFESSEUR DE YOGA



NOM & Prénom : **MEUDRE Anne-Marie**

Tél. : 07 86 82 05 45

Adresse : 285 rue du puits à sel 39 570 Perrigny

E-mail : am.meudre@gmail.com

FORMATIONS INITIALES

Ecole de formation <i>Adresse- Nom des Formateurs</i>	Années de formation <i>diplôme</i>	Caractéristiques école lignée
Ecole Française de Yoga Auvergne Rhône-Alpes Lieu de la formation en week-end : Lyon 5ème à l'Espace Ouest Lyonnais Tél : 06 70 31 27 27 e-mail : lyon@ecoleyoga-lyon.net Quelques formateurs : Boris Tatzky Cécile Beaudin Claire-Line Hédouin Myllarka Aeply Patrick Tomatis Philippe de Fallois	2002 à 2006 Diplôme en 2006	Essentiellement Yoga de l'énergie : représente une pédagogie spécifique du hatha yoga basée sur la prise de conscience de Prana "l'énergie vitale" et de Manas "l'activité mentale". Il développe la conscience de la circulation des énergies de nos sensations internes, par la conduite de la pensée dans le mouvement. Son enseignement a été répandu en Europe, par Lucien Ferrer et Roger Clerc (1908-1998). Autres lignées pratiquées : Desikachar, Nil Hahoutoff

POST – FORMATION

Pas de post-formation mais des stages suivis chaque année depuis plus de 30 ans en week end ou en semaine avec différents enseignants. Parmi ceux-ci : Ora Josef Hay et Cécile Beaudin (yoga de l'énergie), Babacar Khane (yoga égyptien), Yvette Clouet (viniyoga), Tiwari (école de Lonavla en Inde), Maurice Daubard (toumo : entraînement au froid), Pierre Gariel (Iyengar).

ENSEIGNEMENT DISPENSE : Déroulement d'une séance :

Séances de yoga pour adultes de 1h30 de septembre à juin.

Déroulement indicatif : intériorisation, enchaînement avec respiration, relaxation, préparation spécifique de posture(s), posture(s) et complémentarité, relaxation ou assise avec respiration et/ou méditation.

AUTRES ACTIVITES PROPOSEES :

Stage de de yoga de 4 jours fin août

Stage yoga-randonnée de 3 jours durant l'été

Ateliers occasionnels de yoga en entreprise ou pour des associations de yoga de la région

ORGANISATION DES COURS

LIEU	HORAIRES	TARIF
Centre Lédonien de Yoga 39 rue du commerce 39 000 Lons le Saunier www.jura-yoga.com Depuis septembre 2012	Lundi : 9h30, 16h30 Mardi : 15h Mercredi : 9h45 Jeudi : 10h30 ; 12h15 ; 17h45 ; 19h30	Association Centre Lédonien de Yoga Cotisation : 12€ Cours : 128€/trimestre
Salle de sport Rue du moulin 39570 Perrigny https://www.yoga-perrigny.fr/ Depuis septembre 2002	Mercredi : 17h45 ; 19h30	Association chemins d'Eveil 165€ / an