

# FORMATION AU YOGA POUR LES ENFANTS

18 mois jusqu'à l'adolescence

## Objectif :

**L'institut Yoga Vie** vous offre une formation spécialisée de Yoga pour les enfants en groupe ou en privé.

Cette formation est conçue pour vous habilitier à enseigner avec précautions un yoga traditionnel adapté aux besoins des tout-petits, des enfants et des jeunes adolescents, afin de les aider à développer leur confiance et leur croissance, à contribuer à leur joie de vivre et à leur réussite globale.

Au terme de cette formation, vous recevrez une certification reconnue par la Fédération Francophone de Yoga.

## Sommaire du programme de formation :

Pawanmuktasana et plusieurs asanas traditionnelles adaptées aux besoins des enfants  
Jeux de conscientisation du souffle de vie et pranayamas pour les 8 ans et plus  
Yoga des yeux  
Méditation  
Vibration des sons, jeux avec les voyelles  
Yoga Nidra adapté  
Pédagogie et déontologie : l'importance du rôle et l'attitude de l'enseignant  
Pratiques supervisées

## Admissibilité :

**L'institut Yoga Vie** dispense cette formation aux personnes qui désirent approfondir leurs connaissances, leur compréhension et leurs pratiques du Yoga pour les enfants ou qui souhaitent enseigner cette approche spécifique.

## Coût :

Le coût total de la formation est de 200\$ (frais d'inscription et document de formation inclus).  
Un reçu vous sera émis pour fins d'impôt.

## Inscription :

L'institut Yoga Vie [www.yoga-vie.com](http://www.yoga-vie.com) / 514-409-4087