

# Programme

Les formations se déroulent à  
**l'École de yoga "Unité & Harmonie"**  
Jeaute dessous 07570 Desaignes

## 2017

21 et 22 Octobre  
25 et 26 Novembre  
09 et 10 Décembre

## 2018

10 et 11 Février  
10 et 11 Mars <sup>(1)</sup>  
Semaine complète : du 15 au 21 Avril  
9 et 10 Juin  
Semaine complète : du 15 au 21 Juillet  
(16h le 15 -> 11h le 21)



<sup>(1)</sup> weekend optionnel vivement conseillé sera l'occasion d'un travail plus approfondi sur la psyché.

N.B : Les week-ends commencent le soir précédent à 19h.  
Ces dates sont données le plus précisément possible mais sont susceptibles d'être légèrement modifiées en fonction du calendrier scolaire à sa parution ou d'imprévus liés aux emplois du temps des animateurs.

Jeauty

Au cœur  
du  
**yoga**



Ecole de yoga  
**"Unité & Harmonie"**

Jeaute dessous  
07570 Desaignes  
France

[jeauty.fr](http://jeauty.fr)

Téléphone  
**+33 (0) 4 75 06 61 42**

[unite.harmonie.ecoledeyoga@gmail.com](mailto:unite.harmonie.ecoledeyoga@gmail.com)

Association loi de 1901, SIREN : 45150305600033 NACE 926C  
N° de Formateur attribué par la préfecture d'île de France : 11910641791

# Yoga de l'Énergie

## Formation de professeurs

Ardèche



Programme  
**2017 - 2018**

Formation en week-ends sur 4 ans

**"Unité & Harmonie"**

École de Yoga de l'Énergie  
Agréée FIDHY et UEY

## "Unité & Harmonie"

École de Yoga de l'Énergie

### L'état d'esprit

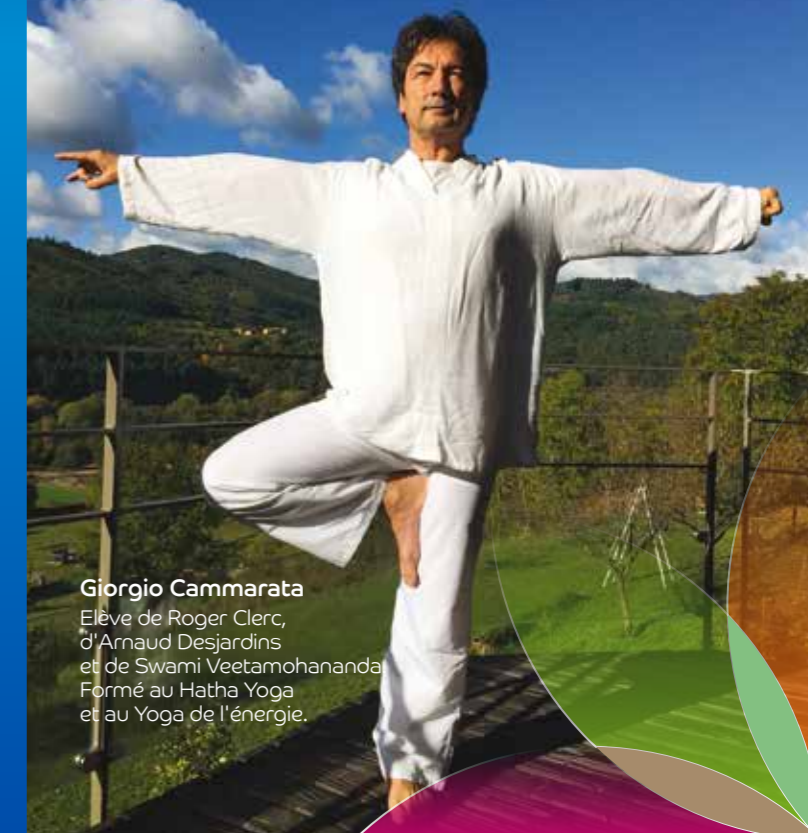
Créée en 2002 par Giorgio Cammarata,  
l'école est axée sur la pratique et l'enseignement oral.

Depuis 2006 l'école est agréée au sein de la FIDHY  
(préparation des enseignants au diplôme Fédéral Européen)  
et par l'Union Européenne de Yoga (UEY).

Les professeurs et conférenciers profondément engagés dans  
leur démarche partagent avec les élèves leurs expériences et les  
aident à déployer leur talent.

La convivialité, l'entraide, l'authenticité, l'effort sur soi, l'humilité, la  
persévérance, la tolérance, la confiance, la conscience des pensées  
et des actions, la discrimination entre l'essentiel et le futile, sont les  
ingrédients de notre travail...

**...vers l'unité et l'harmonie.**



**Giorgio Cammarata**

Elève de Roger Clerc,  
d'Arnaud Desjardins  
et de Swami Veetamohananda  
Formé au Hatha Yoga  
et au Yoga de l'énergie.

# Le contenu

## Apprentissage et pratique

Postures et enchaînements les plus usités en Hatha-Yoga et yoga de l'énergie ainsi que les bases du "pranayama" (respirations).

Techniques de relaxation et de méditation entrant dans la composition de chaque séance.

Ateliers d'anatomie pratique et biomécanique des postures.

Sessions de connaissances de soi et d'exploration de la psyché.

Causeries/Conférences autour des lectures des livres de la formation

Ateliers de pédagogie active

## Formation diplômante

Au terme des 4 années de formation, la soutenance d'un mémoire ou, au choix, un "thesaurus<sup>(2)</sup>", comportant 40 questions, sanctionne le certificat d'enseignant.

<sup>(2)</sup> dans le sens de recueil de connaissances

## Total heures

20 jours (+ 2 optionnels) soit 154 heures

## Coût de la formation

1750 € par an pour la pédagogie  
+ adhésion fédérale (62 € en 2016)  
week-end optionnel en plus : 100€

Tarif B 1450 € (sans emploi, faibles revenus familiaux...)  
(après discussion avec le directeur)  
+100 € pour le w-e optionnel  
Prise en charge entreprise 2500 €

# L'équipe pédagogique

Notre mission est la mise en oeuvre du programme de l'école répondant aux exigences du diplôme fédéral Européen.



Le Directeur :  
**Giorgio CAMMARATA**

Elève de **Roger Clerc**, imprégné de l'enseignement de **Swami Prajnpad** dispensé par **Arnaud Desjardins**.  
Il suit aussi l'enseignement de **Swami Veetamohananda** qui œuvre pour le rapprochement de tous les yogas.

**Giorgio** anime des sessions yoga et spiritualité depuis 1995. Il transmet librement un Yoga enrichi des valeurs occidentales de la conscience corporelle, célébrant l'essence des traditions spirituelles.

Formé à l'animation de groupe en approche Jungienne.

## Les conférenciers et formateurs

**Jacques Bancelin et Swami Veetamohananda**  
(commentaires sur les Upanishads, Yoga-sutras, et autres textes)  
D'autres conférenciers viendront étayer la formation.

**Christian Arizi**  
Professeur de Yoga, homéopathe, ostéopathe, acupuncteur



**Marie-Ange PERNOUD**  
Formatrice Yoga stagiaire



**Jacques Bancelin**  
Professeur Formateur Yoga et en textes fondateurs de la pensée de l'Inde.



**Madeleine MOUNIER**  
Formatrice Yoga stagiaire



**Lucien Aubert**  
Anatomie



# Les conditions

## Pré-requis

2 ans de pratique auprès d'un professeur, ou équivalent et être motivé.

## Conditions d'inscription

Entretien de pré-inscription avec le directeur.  
Effectuer un stage probatoire à Jeauty ou 3 week-ends à Gretz avec Giorgio comme enseignant principal.  
Joindre votre dossier complet d'inscription.  
Signer le règlement intérieur de l'école.

## Dossier d'inscription

Photo d'identité  
Justificatif de 2 ans de pratique (ou équivalent, stages...)  
Photocopie de la carte d'identité

## Lieux de la formation

École de yoga "Unité & Harmonie"  
Jeaute dessous 07570 Désaignes

## Hébergement

Centre de yoga "JEAUTY" : 61 €/jour  
(pension complète) en Ardèche à Désaignes