

## Table des matières

Répartition de la charge de travail.....	3
Horaire de la formation.....	4
Dates.....	4
Horaire des deux premiers modules « en ville ».....	4
Horaire du module #3 (résidentiel).....	4
Comment profiter de cette formation au maximum.....	5
Préparation avant les modules.....	5
Étiquette durant les cours.....	5
Absences.....	6
Reprise des heures manquées.....	6
Pratique personnelle de yoga.....	6
Système de support.....	6
Exploration de la philosophie du yoga.....	7
Pratiques d'enseignement.....	8
Mini classes en petit groupes.....	8
Présentation des Sutras de Patanjali.....	8
Classes aux collègues.....	9
Classe publique.....	9
Observations de cours publics.....	11
Objectif.....	11
Recommandations.....	11
Documents à remettre.....	11
Feuilles d'observation de cours.....	12
Évaluation.....	14
Tests.....	14
Classes aux confrères.....	14
Classe publique.....	17
Sutras de Patanjali.....	17
Observation de dix classes de yoga.....	17
Travail à la maison.....	17
Examen final.....	17
Examen Final.....	18
Bibliographie.....	19
Listes de matériel à préparer avant chaque session.....	23

