

DATES	CULTURE, PHILOSOPHIE, SPIRITUALITE	Symbolisme, études des postures	ANATOMIE - PHYSIOLOGIE	TRONC COMMUN Les thématiques sont à étudier préalablement par les élèves- professeurs Avant le week-end de formation
11-12 octobre 2025	<u>Sylvie HARDY</u> Chronologie des textes	<u>Nathalie DUBOSQ</u> <i>Matsyendrāsana</i> : Posture du sage Matsyendra	<u>Xavier JOURDAIN</u> Généralités anatomie Docteure Carène EDIN Système endocrinien et réaction au stress	
13-14 décembre 2025	<u>Carmen SALA</u> Le son/mantra – Le OM	<u>Mona FLOCH</u> Les postures assises	<u>Xavier JOURDAIN</u> Os et articulations Docteur Maurice Collin La voix sur le plan physiologique	Un lien vidéo est adressé après le 1er week-end pour travail personnel : Alyette DEGRACES : <i>Yama/Niyama</i> Françoise COULON : Points d'appui/Ancrage
17-18 janvier 2026 Visioconférence	<u>Alexandre ASTIER</u> <i>Dharma/Svadharna</i> Castes sociales et statut des femmes	<u>Nathalie DUBOSQ</u> <i>Vajrāsana</i> : Posture de la foudre	<u>Xavier JOURDAIN</u> Système musculaire	Un lien vidéo est adressé après le 2ème week-end pour travail personnel : Carmen SALA : Introduction des textes Claudine CORMIER : La colonne vertébrale
07-08mars 2026 Centre Védantique de Gretz- Armainvilliers (77220	<u>Swami ATMARUPANANDA</u> En lien avec les conférences et méditations du centre	<u>Nathalie CRENN</u> <i>Pavanamuktāsana</i> : Posture qui libère par la purification		Un lien vidéo est adressé après le 2ème week-end pour travail personnel : Gisèle SIGUIER-SAUNE : Les <i>Upanishad</i> Majeures Brigitte NEVEUX et Denise SPENCER : Relaxation-Méditation-Yoga <i>nidrā</i>
28-29 mars2026	<u>Sarah LAVERGNE VALEUNZUELA</u> La vie et l'œuvre de KRISHNAMURTI Film de Françoise FERRATON KRISHNAMURTI, La Révolution du Silence	<u>Sylvie HARDY</u> <i>Simhāsana</i> : Posture du lion	<u>Xavier JOURDAIN</u> La colonne vertébrale Hélène BAUDIN Thématique autour de l'articulation du bassin sous forme d'ateliers	Un lien vidéo est adressé après le 2ème week-end pour travail personnel : Michel BOIVIN : Histoire de l'Inde Lina LEMAIRE : <i>Prānāyāma</i>
06-07 juin 2026	<u>Nathalie DUBOSQ</u> Dualité/non-dualité La non-dualité, voie d'accomplissement, voie d'éveil	<u>Mona FLOCH</u> <i>Padmāsana</i> : Posture du lotus	<u>Xavier JOURDAIN</u> Contrôle d'anatomie de fin d'année Nathalie CRENN Le nerf vague, capteur ultra-sensible	Entretiens individuels élèves-professeurs Oral blanc soutenance mémoire