

## Table des matières

Répartition de la charge de travail .....	3
Horaire de la formation .....	4
Dates .....	4
Horaire des huit fins de semaines en ville.....	4
Horaire du module intensif de 9 jours.....	4
Comment profiter de cette formation au maximum.....	5
Préparation avant les fins de semaines .....	5
Pratiques durant les cours.....	5
Absences et retards .....	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.....	14
Sutras de Patanjali .....	14
Observation de dix classes de yoga.....	14
Travail à la maison .....	14
Examen final.....	14
Examen Final.....	15
Bibliographie .....	16
Listes de lectures avant chaque fin de semaine.....	18