Centre de Formation
à l'Enseignement
du Yoga

Référentiel d'habilitation

Enseignant de Yoga Adapté

Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante:
ACTIONS DE FORMATION

Certification Qualiopi : obtenue au titre des actions de formation

SIRET : 818 697 880 00032
N° d'activité : 93830616983

Site web : https://www.yoga-ecole.fr

v1.0 – 29/05/2025

1. Présentation de l’organisme de formation

1.1 Historique & valeurs

Le CFEY, est un organisme de formation basé à Saint-Raphaël, avec une antennes dans le grand-est (PACA et Rhône-Alpes). Il propose une formation en Hatha Yoga traditionnel adapté, mettant l'accent sur l'accessibilité et le respect de la tradition yogique.

1.2 Champ d’expertise

- Formation initiale d’enseignants de yoga
- Approfondissement de la pédagogie du yoga.

1.3 Politique qualité

Le CFEY s'engage à offrir une formation de qualité, en conformité avec les critères Qualiopi, en assurant la satisfaction des stagiaires et en poursuivant une amélioration continue de ses programmes.

2. Intitulé & référencement de la certification / action de formation

- Intitulé officiel : Certificat d’Enseignant de Yoga Adapté
- Objectif final : Acquérir les compétences nécessaires pour enseigner le Hatha Yoga traditionnel adapté à divers publics

3. Finalité et champ de la formation

3.1 Publics & contextes visés

Personnes souhaitant devenir enseignants de yoga, avec une attention particulière à l'adaptation des pratiques pour divers publics (enfants, femmes enceintes, seniors, etc.).

3.2 Champ d’application

Enseignement du Hatha Yoga traditionnel adapté en cours collectifs ou individuels, en présentiel ou en visio, dans des contextes variés tels que studios de yoga, institutions éducatives ou structures de santé.

4. Objectifs opérationnels & compétences visées

	Compétence attendue	Indicateurs de réussite	Preuves
C1	Concevoir et animer une séance de Hatha Yoga adaptée	Élaboration de séances structurées et adaptées	Fiches de séances, vidéos de cours
C2	Maîtriser les techniques de respiration et de concentration	Pratique correcte des techniques respiratoires	Observations en situation, auto-évaluations
C3	Intégrer les connaissances anatomiques et physiologiques dans l'enseignement du yoga	Application des connaissances dans les séances	QCM, études de cas
C4	Transmettre les aspects philosophiques et spirituels du yoga	Capacité à expliquer les concepts philosophiques	Présentations orales, écrits réflexifs
C5	Adapter l'enseignement à des publics spécifiques	Mise en œuvre de séances adaptées	Retours d'expérience, évaluations pratiques

5. Public visé

- Typologie : Personnes ayant une pratique régulière du yoga depuis au moins un an, avec un niveau équivalent au baccalauréat.
- Accessibilité handicap : Des adaptations sont possibles en fonction des besoins spécifiques des stagiaires.

6. Prérequis & modalités d'accès

6.1 Conditions d'entrée

- Pratique régulière du yoga depuis au moins un an avec un enseignant confirmé.
- Entretien individuel basé sur le projet personnel et la motivation à enseigner.

6.2 Positionnement initial / dispenses

Entretien individuel permettant d'évaluer les acquis et d'adapter le parcours de formation si nécessaire.

7. Durée, rythme et calendrier

Modalité	Volume	Détail
Présentiel synchronisé	181 h	Modules mensuels de 2 jours
Distanciel synchrone (visio)	9 h	Classes virtuelles de suivi
Travail personnel / stage	80 h	Pratique en structure
Total	270 h	

- Période : 18 mois
- Délai d'accès : Inscriptions ouvertes pour janvier 2027

8. Méthodes pédagogiques & moyens

8.1 Approche pédagogique

Méthode « faire apprendre à apprendre » favorisant l'autonomie, l'expérimentation et la réflexion personnelle.

8.2 Moyens humains

Formateurs expérimentés en yoga, pédagogie, anatomie et philosophie, sensibilisés à la bienveillance et à l'accompagnement individualisé.

8.3 Moyens techniques & logistiques

Salles équipées pour la pratique du yoga, supports numériques téléchargeables, classes virtuelles pour le suivi.

9. Modalités d'évaluation & certification

Moment	Outil	Compétences évaluées	Seuil / validation
En cours	QCM, études de cas	C2, C3	≥ 80 %
Fin de formation	Mise en situation, soutenance orale	Toutes	Critères définis
Post-formation (J + 30)	Dossier réflexif	C4, C5	Remis / valide

- Traçabilité : Archivage des évaluations et des dossiers dans un espace dédié, conformément aux exigences Qualiopi.

10. Organisation & suivi de l'action

10.1 Documents de suivi

Feuilles d'émargement, attestations de présence, carnets de suivi individuel.

10.2 Indicateurs de performance

Taux de réussite, taux de satisfaction des stagiaires, suivi des insertions professionnelles.

10.3 Mesures d'accompagnement / rattrapage

Entretiens individuels, sessions de rattrapage, accompagnement personnalisé en cas de difficultés.

11. Modalités financières

- Tarif individuel : 3 510 € (18 prélèvements mensuels de 195 €)
- Tarif organisme financeur :
  - OPCO et autres financeurs : 3 900 €
  - FIF PL : 3 700 €
- Conditions de paiement / annulation : Pas de frais de dossier, possibilité de remboursement selon les conditions générales de vente.

12. Dispositif d’amélioration continue

Le CFEY met en place une boucle qualité comprenant le recueil des avis des stagiaires et des organismes financeurs

13. Annexes

13.1 Grilles d’observation pédagogique

Outils utilisés par les formateurs pour évaluer les compétences pédagogiques et posturales des stagiaires lors des mises en situation pratiques.

13.4 Carnet de bord du futur enseignant

Outil évolutif structurant les réflexions, apprentissages et retours d’expérience des stagiaires tout au long du parcours de formation.

13.5 Bibliographie de référence

- *La Bhagavad Gita - Swami Sivananda*
- *Le cœur du Yoga - T.K.V. Desikachar*
- *Lumière sur le Yoga - B.K.S. Iyengar*
- *J’apprends le yoga - André Van Lysebeth*
- *Anatomie fonctionnelle tome I, II et III – Kapandji*
- *Anatomie pour le mouvement tome I et II – Blandine Calais Germain*
- *Biomécanique fonctionnelle – M. Dufour et M. Pillu*
- *Etirements musculaires en thérapie manuelle – Ylinen*
- *La méthode Mézières, une approche globale du corps – Jacques Patté*
- *Formation abdologie- Institut du Dr Bernadette* de Gasquet
- *Hatha Yoga Pradipika – Traduction de Tara Michaël*
- *Yoga Sutras de Patanjali – Traduction de Françoise Mazet*

13.6 Schémas explicatifs

Illustrations des concepts clés tels que Tri Loka, Kosha, Nâdî, Chakras, Samkhya, disponibles en annexes visuelles pour faciliter la compréhension des stagiaires.