



# ÉCOLE FRANÇAISE DE YOGA

*3 rue Aubriot  
75004 PARIS  
Tél : 01 42 78 03 05  
Site web : [www.efy.asso.fr](http://www.efy.asso.fr)  
E-mail : [info@efy.asso.fr](mailto:info@efy.asso.fr)*

## DOSSIER D'INSCRIPTION

2017-2018



qualifiée par l'OPQF- IQF (Office Professionnel de Qualification des Organismes de Formation) et membre de la FFP (Fédération de la Formation Professionnelle)





## L'ÉCOLE FRANÇAISE DE YOGA

L'E.F.Y. est née en 1972 et, depuis sa fondation, plus de deux mille étudiants y ont accompli une formation. Son équipe pédagogique a donc l'expérience nécessaire pour permettre à des personnes très différentes d'effectuer un cheminement en toute sécurité.

L'E.F.Y. fait partie d'un vaste ensemble qui comprend d'autres Écoles Françaises de Yoga, régionales, reconnues par la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga, situées à Lille, Strasbourg, Lyon, Aix-en-Provence, Bordeaux, Toulouse, Nantes. Tout cet ensemble se caractérise par son ouverture aux multiples courants, sa recherche de la diversité et du sérieux du Yoga en même temps.

### LES VOCATIONS DE L'E.F.Y.

Elles sont plurielles, car les motivations individuelles pour une pratique approfondie du Yoga sont très diverses. Voici les principales :

- le perfectionnement de la pratique corporelle, le corps étant envisagé comme le médiateur et le véhicule de chacun dans sa globalité,
- le développement personnel : mieux se connaître, découvrir sa propre créativité, accéder à une relation plus aisée avec les autres à l'intérieur de groupes de travail accueillants,
- la remise à jour ou le perfectionnement de connaissances pour une meilleure compréhension de son contexte culturel, professionnel, etc,
- le contact, sans syncrétisme ni imitation, avec les traditions d'Orient, principalement les grands courants de l'hindouisme (mais aussi le bouddhisme, la pensée chinoise ou japonaise),
- la formation à un métier, celui d'enseignant de Yoga, qui exige des repères, des supports techniques, un apprentissage pédagogique.

### LE CONTENU DES COURS

Les 2/3 du temps de formation sont consacrés à la pratique et à la pédagogie du Yoga : reprise et amélioration des postures et de toutes leurs variantes ; exercices respiratoires conduisant à l'expérience du souffle ; développement de la concentration, du lâcher-prise... travail individuel et travail de groupe... ateliers... premiers essais d'enseignement.

Les cours théoriques se répartissent entre anatomie, physiologie, psychologie et psychopédagogie, déontologie, histoire des traditions et des textes sacrés de l'Inde. Tous les enseignants ont des cursus universitaires. La finalité n'est pourtant pas seulement l'acquisition de connaissances, mais la réflexion et l'évolution personnelles.



## LES GRANDES ÉTAPES DU PARCOURS

Les cours théoriques sont répartis en modules ; des évaluations non obligatoires sont proposées par les formateurs. De même, les formateurs en yoga proposent régulièrement des mises en situation d'enseignement et des travaux de réflexion.

En fin de 3<sup>ème</sup> année, une épreuve pratique et pédagogique (environ 30 minutes) porte sur le Yoga (postures et enseignement) : elle est présentée devant un jury présidé par le formateur principal de l'étudiant.

En fin de 4<sup>ème</sup> année, un mémoire est présenté devant l'un des jurys de l'E.F.Y.. Il développe, en 30 pages minimum, un sujet personnel en rapport avec le Yoga. Les étudiants bénéficient d'aides pour sa préparation.

## LE CERTIFICAT

Au terme des quatre années de présence, et lorsque la scolarité a été assiduellement suivie, l'E.F.Y. décerne son propre certificat de formation auquel s'ajoute le « Certificat Professionnel d'Enseignant de Yoga », reconnu par la Fédération de la Formation Professionnelle. Ce certificat est la seule sanction professionnelle existante en France actuellement.

## DES SERVICES À LA SORTIE DE L'ÉCOLE

Lors de l'inscription à la Fédération Nationale des Enseignants du Yoga, celle-ci, au vu de l'obtention du certificat professionnel, donne une attestation fédérale, reconnue par l'Union Européenne de Yoga.

La Fédération guide les nouveaux enseignants dans leurs premières démarches :

- installation,
- organismes auprès desquels se déclarer,
- différents régimes professionnels, etc.

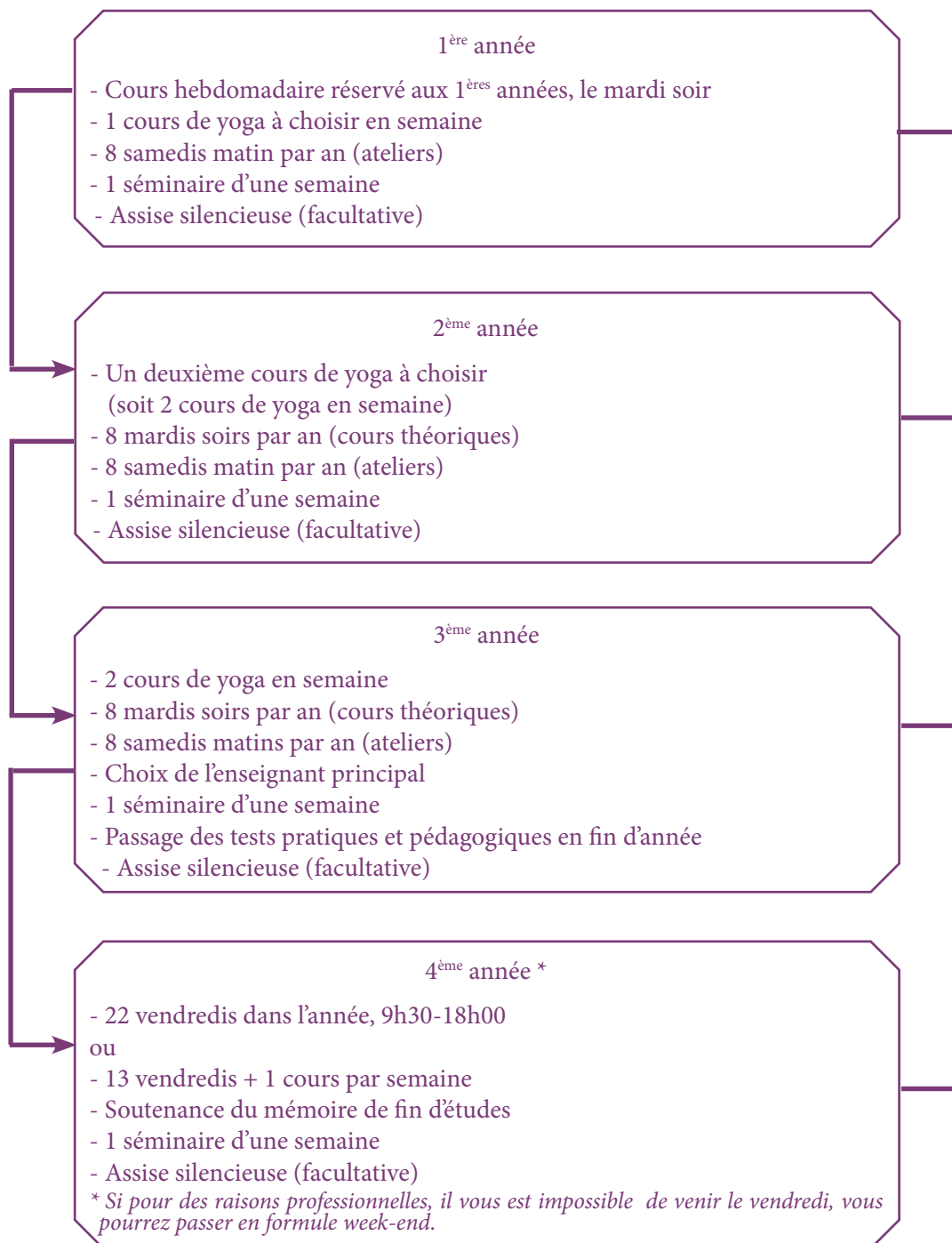
Un service unique en France, F.N.E.Y.-Gestion, permet d'être salarié pendant les premières années d'enseignement, ce qui évite les soucis d'une installation immédiate en libéral.

Enfin il existe aussi le Syndicat National des Professeurs de Yoga pour des problèmes plus complexes, et qui exigent une représentation devant certains organismes administratifs, et une éventuelle défense.



## CURSUS SEMAINE

### FORMULE CLASSIQUE - 900h



### FORMULE APPROFONDIE - 1150h

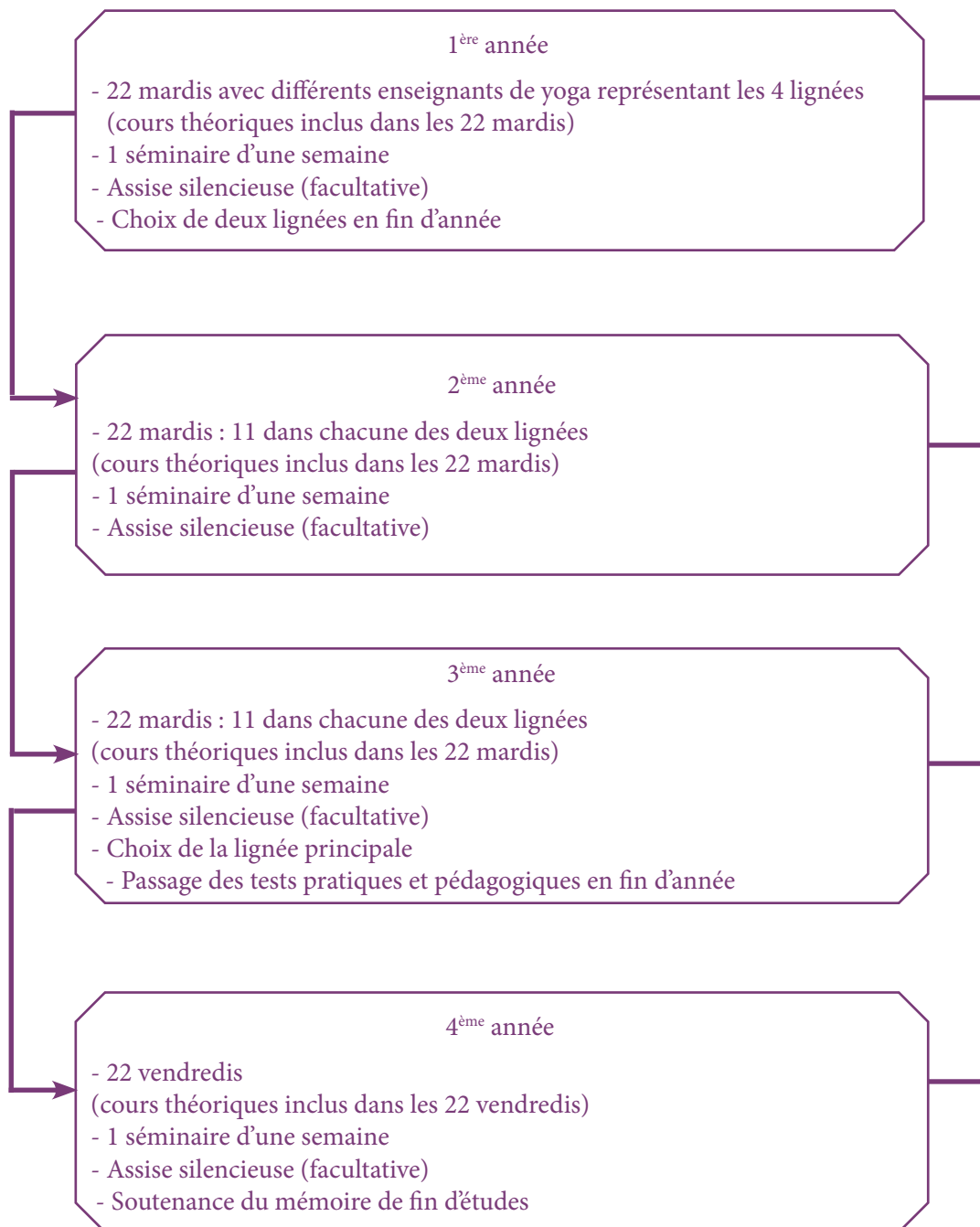
#### En plus des cours précédemment cités :

- 1 cours de yoga par semaine ou 1 deuxième séminaire (pension à régler en plus)
- Colloque de l'EFY
- Cycles de conférences se déroulant à l'EFY

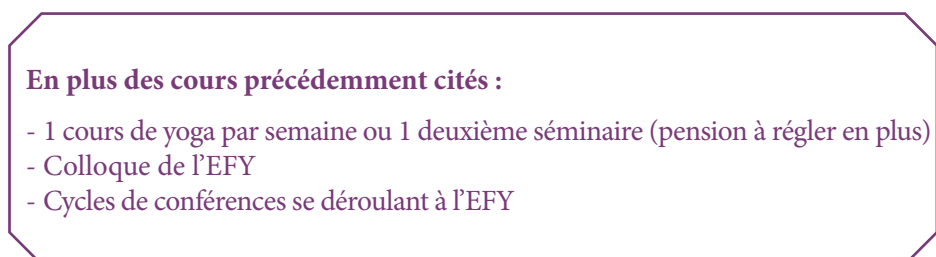


## CURSUS JOUR

### FORMULE CLASSIQUE - 900h



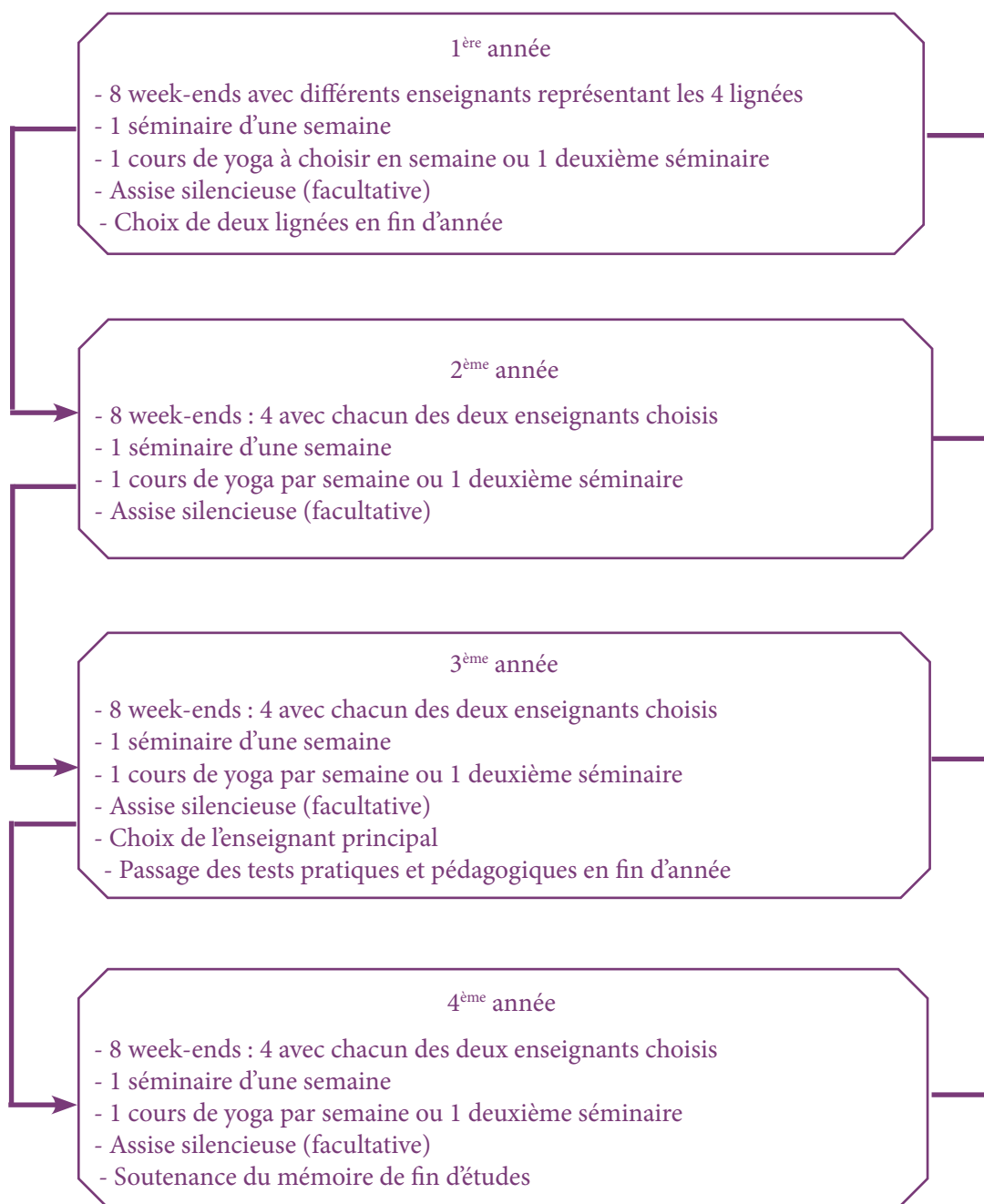
### FORMULE APPROFONDIE - 1150h



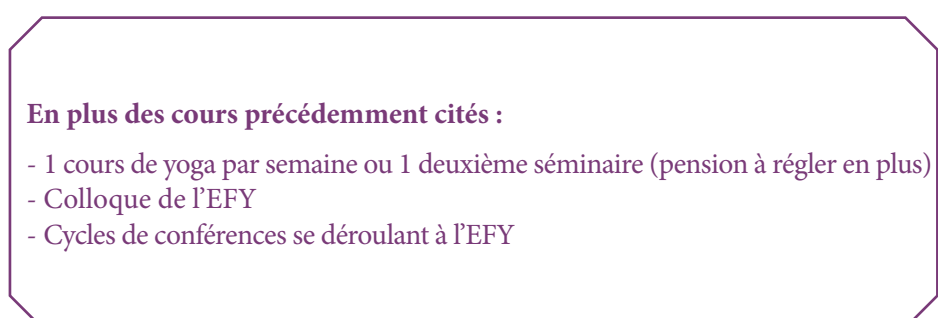


## CURSUS WEEK-END

### FORMULE CLASSIQUE - 900h



### FORMULE APPROFONDIE - 1150h





## PRIX DE LA SCOLARITÉ

### TARIFS POUR LES PARTICULIERS

Quand votre candidature est acceptée, nous vous envoyons un contrat que vous nous renvoyez signé, accompagné d'une somme de 359,00 € pour la formation classique ou 403,00 € pour la formation approfondie.

Cette somme correspond à :

- la cotisation à l'Association E.F.Y. : 22,00 €
- l'abonnement annuel obligatoire à la Revue Française de Yoga : 35,00 €  
(deux volumes de 250 à 300 pages chacun)
- l'abonnement annuel obligatoire aux Carnets du Yoga : 48,00 €  
(dix numéros par an)
- 1/12<sup>ème</sup> de la scolarité de l'année

Elle n'est encaissée, selon l'obligation légale, qu'au terme d'un délai de 10 jours.

Ensuite, vous recevrez un document vous demandant de choisir votre rythme de paiement.

FRAIS DE SCOLARITÉ	Formations « Classiques »	Formations « Approfondies »
Versement annuel : 15 octobre	3 045,00 €	3 575,00 €
3 versements : 15/10 - 15/01 - 15/04	1 015,00 €	1 192,00 €
Versement mensuel sur 9 mois	339,00 €	397,00 €
Prélèvement bancaire sur 12 mois	254,00 €	298,00 €

### FORMATION PROFESSIONNELLE

Les salariés peuvent bénéficier du 0,1 % de leur entreprise destiné à la formation (même si cette entreprise emploie moins de 10 salariés). Le congé individuel de formation peut avoir lieu en tout ou en partie pendant le temps de travail. La formation visée par le salarié peut être sans rapport avec l'activité de l'entreprise et même n'avoir aucun caractère professionnel. Elle vise, selon la loi, à accéder à un niveau supérieur de qualification, à se perfectionner professionnellement, à changer d'activité ou de profession ou encore à s'ouvrir plus largement à la culture et à la vie sociale.

La démarche préalable est à accomplir par le salarié, qui présente sa demande à son employeur et reçoit un dossier, à remplir par lui-même, par son entreprise et par l'École Française de Yoga. Attention, ne tardez pas à faire votre dossier, car le délai d'acceptation par les organismes gérant les fonds de formation peut être assez long.

Prix de la scolarité en Formation Professionnelle :

- cycles classiques : 3 695,00 € HT \*
- cycles approfondis : 4 150,00€ HT \*

IL EST POSSIBLE...

- de commencer sa scolarité dans une formule, et de continuer dans une autre,
- de faire une année en deux ans, pour marquer une pause si la scolarité est trop lourde (sauf en 3<sup>ème</sup> année week-end),
- de s'arrêter à la fin d'une année : les années faites restent valables trois ans,
- de passer, en fin d'année, d'une École à une autre de la Fédération.

**Mais tout dépend des places disponibles dans les promotions.**



## DOSSIER DE CANDIDATURE

Pour entrer à l'E.F.Y., il vous faut :

- avoir pratiqué régulièrement le Yoga pendant au moins deux années avec un ou plusieurs enseignants et faire remplir par l'un d'entre eux la fiche de parrainage, qui atteste de votre niveau,
- avoir plus de 18 ans,
- disposer de connaissances générales ou d'une formation professionnelle équivalente ou supérieure au niveau du baccalauréat,
- avoir un entretien préliminaire avec la Directrice,
- accomplir un séminaire probatoire d'une durée d'une semaine (voir le programme ci-joint des séminaires E.F.Y., dans lequel vous trouverez un choix de séminaires probatoires, à Paris ou en régions, à des dates variées).

Vous pouvez présenter votre candidature dès le mois de janvier, surtout si vous voulez faire prendre en charge votre formation par votre entreprise, pour que les organismes professionnels statuent sur votre demande.

### 1 - PIÈCES A FOURNIR POUR LA CONSTITUTION DU DOSSIER

- 1 - le parrainage de votre enseignant,
- 2 - une photocopie de votre carte d'identité,
- 3 - le questionnaire rempli,
- 4 - une lettre de motivation,
- 5 - deux photos d'identité,
- 6 - un droit d'inscription de 50,00 €,
- 7 - votre inscription à un séminaire probatoire.

### 2 - ENTRETIEN AVEC LA DIRECTRICE DE L'ÉCOLE

Cet entretien a lieu à l'École. Il vous permet de poser toutes les questions que vous désirez, d'avoir un premier contact personnel, et de prendre conscience du travail que vous aurez à accomplir à l'École. Vous pouvez prendre rendez-vous auprès du secrétariat, mais seulement après avoir remis votre dossier d'inscription, car la Directrice, Catherine Le Gallais, a besoin de consulter celui-ci avant le rendez-vous.





## FICHE D'INSCRIPTION

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal /\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/ Ville : .....

Téléphone (Dom) : /\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/ Date de naissance : /\_\_/\_\_/\_\_/

Téléphone (Portable) : /\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/ Téléphone (Prof) : /\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/\_\_/

Adresse e-mail (impératif pour échanges avec le secrétariat) : .....

Votre situation familiale (éventuellement, nombre et âge des enfants, personnes à charge...)

.....  
.....

## FORMATION GÉNÉRALE

Études suivies : .....

.....  
.....

Diplômes obtenus : .....

.....  
.....

Cursus professionnel (vos différents métiers et expériences en ce domaine) : .....

.....  
.....

Profession actuelle : .....

Activités culturelles et sportives régulières ; activités bénévoles, humanitaires, etc : .....

.....  
.....

Si vous accomplissez (ou avez accompli) certaines démarches de connaissances de soi ou de développement personnel (en individuel, en groupe, par séminaires ou régulièrement), précisez-le ici :

.....  
.....  
.....



## FORMATION EN YOGA

Quand avez-vous commencé le Yoga ? .....

Avec quel(s) enseignant(s) avez-vous travaillé ? (détaillez en donnant les périodes)

.....  
.....  
.....

Avez-vous déjà fait des stages de Yoga (week-ends, semaines, assises) ? .....

.....

Si oui, où et dans quel cadre ? .....

.....

Comment avez-vous connu l'E.F.Y. ? .....

Etes-vous déjà membre d'une Association affiliée à la rue Aubriot (U.N.Y.) ? .....

Si oui, laquelle ? .....

## SCOLARITÉ A L'E.F.Y.

Dans quel séminaire probatoire vous êtes-vous inscrit(e) ? .....

Quel cycle choisissez-vous ? :                      classique                       ou    approfondi

Quel cursus ? :    week-end     semaine     jour

Si vous vous inscrivez en week-end, pensez-vous pouvoir profiter d'un cours de yoga hebdomadaire rue Aubriot ? .....

De quel temps disposez-vous pour votre travail personnel (pratique individuelle du Yoga, révision des cours) ?

.....  
.....

Date : ..... Signature :

N'oubliez pas de joindre une lettre détaillant vos motivations, votre projet de formation et ce que vous attendez de l'E.F.Y.

Les informations recueillies à partir de ce formulaire font l'objet d'un traitement informatique destiné à l'École Française de Yoga, pour la ou les finalité(s) suivante(s) : développement personnel & formation à l'enseignement du yoga. Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Vous pouvez accéder aux informations vous concernant en vous adressant à [info@efy.asso.fr](mailto:info@efy.asso.fr). Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant. Pour en savoir plus, consultez vos droits sur le site de la CNIL.



## PARRAINAGE

(à remplir par l'enseignant de Yoga)

NOM de l'enseignant : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

.....

Code postal / \_\_/ \_\_/ \_\_/ \_\_/ \_\_/ Ville : .....

Quelle forme de Yoga enseignez-vous ? .....

Etes-vous membre d'une Fédération de Yoga ? .....

Si oui laquelle ? .....

Veillez indiquer depuis combien de temps M.....

travaille avec vous et à quelle fréquence il (elle) suit vos cours ? .....

Lui accordez-vous votre parrainage (c'est-à-dire que vous pouvez attester de son niveau suffisant pour une entrée à l'E.F.Y., ce niveau étant estimé à deux ans de pratique régulière minimum) ?

.....

Si vous désirez, vous pouvez nous donner quelques indications supplémentaires sur sa pratique et sa manière de vivre le Yoga : .....

.....

.....

Fait à .....le .....Signature de l'enseignant :

Les informations recueillies à partir de ce formulaire font l'objet d'un traitement informatique destiné à l'Ecole Française de Yoga, pour la ou les finalité(s) suivante(s) : développement personnel & formation à l'enseignement du yoga. Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Vous pouvez accéder aux informations vous concernant en vous adressant à [info@efy.asso.fr](mailto:info@efy.asso.fr). Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant. Pour en savoir plus, consultez vos droits sur le site de la CNIL.