



# FÉDÉRATION FRANÇAISE DE Hatha Yoga

« Enseignement traditionnel du yoga »

25 rue du Texel - 75014 Paris

Tél. : 01 45 44 02 59

Courriel : [secretariat@ffhy.eu](mailto:secretariat@ffhy.eu) - [ffhy.eu](http://ffhy.eu)

## Programme FFHY OCCITANIE 2023-2024

### 7-8 OCTOBRE 2023

PEDAGOGIE POSTURALE : **TADA ASANA / HANUMAN / MAHAVIRA ASANA** MARTINE RENE/ PIERRE JAMET

FICHE TECHNIQUE : **TADA ASANA**

ANATOMIE PHYSIOLOGIE : **L'APPAREIL LOCOMOTEUR GENERALITE.**

**LE PIED. PIERRE JAMET KINESITHEPEUTE**

TRADITION/ PHILOSOPHIE/CULTURE : **L'HINDOUISME LES ASPECTS GENERAUX, SARAH COMBES**

TABLE RONDE : PRESENTATION DE LA FEDERATION/ DE LA FORMATION/ LECTURE DES GUIDES.

### 11-12 NOVEMBRE 2023

PEDAGOGIE POSTURALE : **PASCHIMOTTANA ASANA, MATSYENDRA ASANA** MARTINE RENE/ STEPHANE BEHRA

FICHE TECHNIQUE : **MULAPITHABADDHASANA**

ANATOMIE PHYSIOLOGIE : **TC 2 LE DIAPHRAGME L. Gueguiner**

TRADITION PHILOSOPHIE : **PRESENTATION DE L'ASHTANGA YOGA, STEPHANE BEHRA**

**LES TEXTES DE REFERENCE DU YOGA** NADINE THURIOS

TABLE RONDE : LES CONTRATS DE FORMATION



Association loi 1901, déclarée à la préfecture de Police sous le n°W751014265.

Déclaration d'activité enregistrée par la DREETS sous le n°11 75 44664 75.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

SIRET : 30214866300255 - Code NAF : 8559B

FFHY adhère à « les acteurs de la compétence ».

Certification Qualiopi N°2211\_CN\_03797 - V.2.



# FÉDÉRATION FRANÇAISE DE Hatha Yoga

« Enseignement traditionnel du yoga »

25 rue du Texel - 75014 Paris

Tél. : 01 45 44 02 59

Courriel : [secretariat@ffhy.eu](mailto:secretariat@ffhy.eu) - [ffhy.eu](http://ffhy.eu)

## 9-10 DECEMBRE 2023

PEDAGOGIE POSTURALE : **PAVANA MUKTA ASANA, MATSYA ASANA, MARTINE RENE/ PIERRE JAMET**

FICHE TECHNIQUE : **MAKARA ASANA**

ANATOMIE PHYSIOLOGIE : **LA CELLULE.**

**LE GENOUX, PIERRE JAMET KINESITHEPEUTE**

TRADITION PHYLOSOPHIE : **TC2 MAHABHARATA/ BHAGAVAGITA M. Ballanfat**

## 20-21 JANVIER 2024

PEDAGOGIE POSTURALE : **SHALABHA ASANA, MARTINE RENE/ PIERRE JAMET**

FICHE TECHNIQUE : **EKA PADA SHALABHA ASANA/ BHUJANGA ASANA**

A GENOU : **CHATARASANA ou MRIGRASANA**

ANATOMIE PHYSIOLOGIE : **APPAREIL LOCOMOTEUR 2 LES MEMBRES SUPERIEURS, PIERRE JAMET  
KINESITHEPEUTE**

TRADITION PHILOSOPHIE : **LES GRANDS MYTHES, FRANCE AZEMA**

.....  
A la maison : **TC2 LES KRIYA P. Houbin, LE RAMAYANA M.J Guezenec, LE SYMBOLISME DANS LES  
POSTURES, C. Cornier/ B.Neveux**  
.....



Association loi 1901, déclarée à la préfecture de Police sous le n°W751014265.

Déclaration d'activité enregistrée par la DREETS sous le n°11 75 44664 75.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

SIRET : 30214866300255 - Code NAF : 8559B

FFHY adhère à « les acteurs de la compétence ».

Certification Qualiopi N°2211\_CN\_03797 - V.2.



# FÉDÉRATION FRANÇAISE DE Hatha Yoga

« Enseignement traditionnel du yoga »

25 rue du Texel - 75014 Paris

Tél. : 01 45 44 02 59

Courriel : [secretariat@ffhy.eu](mailto:secretariat@ffhy.eu) - [ffhy.eu](http://ffhy.eu)

## 23-24 MARS 2024

PEDAGOGIE POSTURALE : **HALASANA / ADHO MUKHA SVANA ASANA**, MARTINE RENE/ PIERRE JAMET

FICHE TECHNIQUE : **EKA PADA HALASANA**

ANATOMIE PHYSIOLOGIE : **LA COLONNE VERTEBRALE**, **PIERRE JAMET KINESITHERAPEUTE**

TRADITION PHILOSOPHIE : **TC2 LES PURANA MICHEL ANGOT**

PRATIQUE POSTURALE DE 3H : **DIDIER ESPANO PROFESSEUR FFHY**

TABLE RONDE : RETOUR SUR LES 3 TRONCS COMMUNS VISIONNES A LA MAISON. Référents à la formation

## 6-7 AVRIL 2024

PEDAGOGIE POSTURALE : **VRIKSHA ASANA ET TRIKONA ASANA**, MARTINE RENNE/ STEPHANE BEHRA

FICHE TECHNIQUE : **TRIKONASANA**

ANATOMIE PHYSIOLOGIE : **LE BASSIN, ANATOMIE ET MOUVEMENT. LE PERINEE ANNE DEBREILLY ?**

TRADITION PHILOSOPHIE : **INTRODUCTION AU SAMSKHYA STEPHANE BEHRA**

**INTRODUCTION AU VEDANTA JACQUES MORIN**

TABLE RONDE : RETOUR DOSSIER PREMIERE ANNEE

---

**A la maison TC2 CONSTRUCTION D'UNE SEANCE J. Spillier, P-Y Mansat**

---



Association loi 1901, déclarée à la préfecture de Police sous le n°W751014265.

Déclaration d'activité enregistrée par la DREETS sous le n°11 75 44664 75.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

SIRET : 30214866300255 - Code NAF : 8559B

FFHY adhère à « les acteurs de la compétence ».

Certification Qualiopi N°2211\_CN\_03797 - V.2.



# FÉDÉRATION FRANÇAISE DE Hatha Yoga

« Enseignement traditionnel du yoga »

25 rue du Texel - 75014 Paris

Tél. : 01 45 44 02 59

Courriel : [secretariat@ffhy.eu](mailto:secretariat@ffhy.eu) - [ffhy.eu](http://ffhy.eu)

## 25-26 MAI 2024

PEDAGOGIE POSTURALE : **SIMHASANA, SHUKASANA** MARTINE RENE/ STEPHANE BEHRA

FICHE TECHNIQUE : **SHUKASANA**

PEDAGOGIE DE L'ENSEIGNEMENT : RETOUR SUR LE TC2 PEDAGOGIE DE L'ENSEIGNEMENT,  
CONSTRUCTION D'UNE SEANCE.

ANATOMIE PHYSIOLOGIE : **L'ARTICULATION DE LA HANCHE** **PATRICIA MARQUEZ KINESITHEREPEUTE/**  
**PROFESSEUR FFHY**

TRADITION PHILOSOPHIE : **TC 2 TANTRA C . Poggi**

TABLE RONDE : RETOUR SUR LE TC VISIONNE A LA MAISON

ENTRETIENS DE FIN D'ANNEE.



Association loi 1901, déclarée à la préfecture de Police sous le n°W751014265.

Déclaration d'activité enregistrée par la DREETS sous le n°11 75 44664 75.

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

SIRET : 30214866300255 - Code NAF : 8559B

FFHY adhère à « les acteurs de la compétence ».

Certification Qualiopi N°2211\_CN\_03797 - V.2.