

# Formation à l'enseignement du yoga 2027 - 2030

**500 h de cours en présentiel**  
réparties sur 4 années; comprenant **12 heures**  
**de suivi pédagogique individuel.**

Week-end à Paris  
Stage à Narbonne



## LINA FRANCO MORRISON

Formatrice **certifiée** Institut Français  
de yoga **reconnue par l'UEY**

### PRÉSENTATION

**Formation en présentiel** qui répond aux exigences européennes actuelles (UEY). Elle s'inscrit dans la lignée de T.Krishnamacarya et de son fils TKV Desikachar, grands maîtres indiens de la ville de Chennai. La formation est proposée dans le cadre de l'organisme de formation « **Les formateurs associés de l'IFY** ». FA-IFY est certifié Qualiopi depuis 2022 enregistré sous le n° 826 912 960 69 (auprès du préfet de la région Rhone-Alpes.)

tél: **06 50 19 77 79**

contact@seformerauyoga.com  
contact@body-yoga-paris.com

YOGA

 Union Européenne de Yoga  
European Union of Yoga

 INSTITUT  
FRANÇAIS DE  
YOGA

### OBJECTIFS

**Maîtriser la théorie et la pratique, socle d'une expérience solide nécessaire à la transmission du yoga en cours de groupe et en cours individuel. Maîtriser la posture et la relation juste dans la transmission.**

### CONTENU PLURIDISCIPLINAIRE

- \_ **Théorie et pratique** : des postures, de la respiration, des techniques de concentration et méditation
- \_ **Son et voix** dans la pratique
- \_ **Construction** de séance
- \_ **Étude du Yoga-Sûtra et autres textes** de la Tradition et de la Modernité
- \_ **Anatomie, physiologie** et bio-mécanique appliquées au Yoga
- \_ **Introduction** aux fascias appliqués l'āsana
- \_ **Mises en situation** d'enseignement du Yoga
- \_ **Techniques** d'observation, d'écoute et de communication

### MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

L'enseignement se fait de manière magistrale, proactive (ateliers d'intégration des connaissances), interactive (en mettant les stagiaires en situation d'enseignement) et tutorale (le suivi de chaque participant est personnalisé avec des cours individuels).

### ÉVALUATION ET VALIDATION

\_ Évaluations rétroactives sur la base de tests de connaissances  
\_ Évaluation interactive grâce à une observation des comportements, des échanges oraux, une supervision des productions individuelles et de sous-groupes

#### Et aussi, en fin de cursus :

\_ Élaboration et présentation d'un mémoire  
\_ Mises en situation d'enseignement  
\_ Au terme de ces 4 années, les stagiaires remplissant les conditions de participation, validant les contrôles de connaissances et soutenant leur mémoire recevront :

- **Un Certificat d'aptitude à l'enseignement du Yoga (FA-IFY)**
- **Un diplôme d'enseignant de Yoga de l'IFY homologué par l'UEY**

### L'ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

- 1 Lina Franco Morrison**  
professeure, formatrice agréée IFY, chercheuse, docteure habilitée (Université P7), intervenante principale
- 2 Matthieu Bonneau**  
Kinésithérapeute DE, ostéopathe DO, DIU de posturologie, formateur
- 3 Diane Deloisy**  
Psychologue clinicienne et formatrice indépendante





## YOGA ENSEIGNÉ

T. Krishnamacharya disait que « ce n'est pas à l'individu de s'adapter à la pratique du yoga, mais c'est la pratique du yoga qui doit être adaptée à l'individu ». Le Yoga de l'IFY, inspiré de l'enseignement de TKV Desikachar, est :

\_ Un yoga respectueux de la personne qui allie posture, respiration et méditation,

\_ Un yoga pour tous les publics grâce à l'adaptation créative des techniques (viniyoga) et à la progression



## LA FORMATRICE

Docteure habilitée en Littérature comparée et Science du texte (anthropologie et philosophie, Université Paris 7), ancienne enseignante-chercheuse à la Sorbonne. Formatrice IFY, membre du Conseil d'Administration de l'IFY, coordinatrice du Groupe Éducation et Recherche de l'Union Européenne de Yoga (UEY) et déléguée IFY auprès de l'UEY.

Auteure de *Mémoire et changement* et de nombreux articles explorant les liens entre

les **āsana**, les **Yoga Sūtra**, les **fascias**, les **neurosciences** et la **santé intégrative**, elle est fondatrice de **Body Yoga Paris** (2010) et de l'**Institut de Yoga Lina Franco Morrison – Formation et Recherche**, reconnu par l'UEY depuis 2025.

**À la croisée de la tradition du yoga, de la recherche contemporaine et de l'expérience pédagogique, une approche qui conjugue rigueur académique, expérience de terrain et transmission vivante du yoga.**

## ORGANISATION par année

La formation se déroule sur 4 ans et comprend 500 heures en présentiel

\_\_ **5 week-end**

\_\_ **1 stage** résidentiel de 5 -6 jours /an

\_\_ **3 cours individuels**

qui ont pour objectif le suivi de l'évolution du stagiaire dans la formation, ainsi que l'accompagnement dans sa pratique personnelle et son chemin individuel.

## CONDITIONS D'INSCRIPTION

- \_ Être majeur.
- \_ Pratiquer le yoga depuis au moins 2 ans.
- \_ Participer à un cours, un atelier ou un stage avec la formatrice référente.
- \_ Avoir un entretien individuel avec la formatrice référente.
- \_ Constituer le dossier d'inscription.
- \_ La formation est ouverte au public en situation de handicap. Un entretien préalable permettra d'envisager les éventuelles adaptations.

*\_ Les inscriptions peuvent se faire jusqu'à la veille du début de la formation et, au cas par cas, pendant la première année (avec accompagnement pour rattrapage)*



## LIEUX

\_\_ WE de FORMATION : **Paris** 12ème (Nation et Bercy)

\_\_ STAGE \_\_ La Colline des Possibles (**5km** de Narbonne)

## DATES (sous réserve de changements)

**16 - 17 JANVIER 2027**

**13 - 14 MARS**

**24 - 25 AVRIL**

**Stage résidentiel : 9 - 13 JUIN**

**25 - 26 SEPTEMBRE**

**20 - 21 NOVEMBRE**

## TARIFS FORMATION

\_ **1700 €** / an (financement individuel)

\_ **1950 €** / an (prise en charge par un organisme)

Séances individuelles et enseignement en stage inclus.  
Hébergement et déplacements à la charge du stagiaire.

## FRAIS COMPLÉMENTAIRES OBLIGATOIRES

\_ **IFY** : 50 € de frais d'inscription (une seule fois) + adhésion annuelle d'environ 60 € (assurance incluse)

Modalités de paiement Paiement par virement bancaire à FAIFY (Formateurs Associés de l'Institut Français de Yoga), en une seule fois ou par module (week-end et stages).



# BULLETIN D'INSCRIPTION

Promotion .....

**Lina FRANCO MORRISON**

**Professeure et Formatrice IFY**

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse complète : .....

.....

Ville : ..... Code postal : .....

Tél. domicile : ..... Tél. professionnel : .....

Mobile : .....

Courriel : .....

Date et lieu de naissance : .....

Profession : .....

Autres activités : .....

Nom de mon professeur : .....

Je joins une attestation de mon professeur :  **oui**  **non**

**Je pratique le yoga depuis : ..... ans**  
**en cours collectifs :  oui  non**  
**en cours individuels :  oui  non**  
**J'enseigne déjà le yoga :  oui  non**

## Je joins le dossier d'inscription :

- Une lettre de motivation
- Une photocopie d'une pièce d'identité en cours de validité
- Le contrat de formation signé
- Le règlement intérieur de la formation signé
- La charte déontologique de l'IFY signée
- Un certificat médical d'aptitude à la pratique du yoga
- Le règlement de l'adhésion annuelle à l'IFY en tant qu'élève en formation
- Le règlement unique à l'IFY\* des frais administratifs à l'ordre de « IFY »
- Le règlement des arrhes d'entrée dans la formation de 270€ à l'ordre de « FA-IFY\*\* »

\* Institut français de Yoga

\*\* Formateurs associés de l'institut français de yoga

La confirmation de l'inscription se fait à la suite d'un cours et d'un entretien avec la formatrice référente. Les inscriptions peuvent se faire jusqu'à la veille du démarrage de la formation en fonction des places disponibles et au cas par cas la 1ère année (avec accompagnement pour rattrapage).

Envoyer le dossier d'inscription à :  
**Lina FRANCO MORRISON**  
147, rue de Bercy, 75012 Paris

e-mail : [contact@body-yoga-paris.com](mailto:contact@body-yoga-paris.com)  
site web : [www.body-yoga-paris.com](http://www.body-yoga-paris.com)

Date : ..... Signature :



Union Européenne de Yoga  
European Union of Yoga



INSTITUT  
FRANÇAIS DE  
YOGA