

**FORMATION DE PROFESSEUR  
YOGA NIDRA**

**Marseille 2024**

**CERTIFICATION 50H**



**Contact [amarjap.kaur@gmail.com](mailto:amarjap.kaur@gmail.com)**

# FORMATION DE YOGA NIDRA :

## B a s e s

### Programme Année 1

#### Modules 1 à 6 :

- **Pratique et Philosophie du Yoga**
- **Anatomie Yogique & Yoga Nidra**
- **Vie moderne vs L'art de la relaxation**
- **Yoga Nidra selon Swami Satyananda**
- **Méditation guidées & Mantras**
- **Enseigner et transmettre & Examen**

#### Final

Ouvert à tous : thérapeute, professeur  
de yoga, soignants...

# FORMATION DE YOGA NIDRA



Pour valider la formation

-  
Avoir participé à tous les modules de la  
formation.

Avoir réussi l'examen pratique.

Avoir réussi l'examen écrit.



# FORMATION DE YOGA NIDRA :

## B a s e s

Lieu : Myethik 58 rue des Moulins  
13002 Marseille  
Horaire 09h -18h  
Pause déjeuner de 13h à 14h

### Tarifs :

En présentiel ou en ligne : 700€

Nombre de participants limité à 8 en salle

Le tarif comprends le matériel de pratique mis à disposition, et ne comprends pas les repas , hébergement.