

# FORMATION DE YOGA NIDRA :

## Bases



*Expérimenter*  
*Transformer*  
*Enseigner*

[www.amarjap.com](http://www.amarjap.com)

# FORMATION DE YOGA NIDRA :

## Bases

### 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 :

## Bases

Lieu : 58 rue des Moulins ( le Panier )  
13002 Marseille

Dates en 2024 :  
13/14 Janvier  
2/3 Mars  
13/14 Avril

### Tarifs :

En présentiel : 780 €

Nombre de participants limité à 7

Early Bird :

680 €

Possibilité de paiement en 3 fois