

# EKYP

:: Ecole Kundalini Yoga Paris ::

Formation d'Enseignants de Kundalini Yoga



**:: Paris, 23 février – 24 novembre 2019 ::**

Niveau 1 : INSTRUCTEUR

Dossier d'inscription

# Formation d'Enseignants de Kundalini Yoga

## Niveau 1 - Instructeur

Présentation des six axes d'enseignement principaux :

**KRIYA et MEDITATION** – Apprendre les bases du Kundalini Yoga. Se familiariser avec kriya (série d'exercices), pranayama (techniques de respiration), mantra (les sons qui restaurent) et mudra (postures des doigts et des mains).

**HUMANOLOGIE et PHILOSOPHIE** – L'application de la connaissance issue du yoga pour la vie de tous les jours. On apprendra les façons de manger pour maintenir la santé et comment la philosophie est abordée et pratiquée dans les situations de la vie telles que les relations, la naissance et la mort.

**ANATOMIE ORIENTALE et OCCIDENTALE** – enseignement de l'anatomie du point de vue occidental mais aussi explication de la vision holistique de l'être humain (chakra, nadis, les 10 corps, prana et vayus).

**L'ART d'ENSEIGNER** – Comment se structure un cours? Comment composer une suite de cours? Comment accompagner les pratiquants du yoga?

**CODE ETHIQUE** – pour l'enseignement et pour l'enseignant

**PRATIQUER l'ENSEIGNEMENT** – Donner des cours sous la supervision d'un enseignant expérimenté. Recevoir un Feedback du groupe et de l'enseignant.

Formation approuvée par KRI (Kundalini Research Institute).



**DATE D'ENVOI** \_\_ / \_\_ / \_\_\_\_

Collez ici  
une photo de vous!

**INFORMATIONS PERSONNELLES**

(en LETTRES CAPITALES s.v.p.)



Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_\_

Profession : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(nous prévenir d'un changement d'adresse)

Numéros de téléphone : \_\_\_\_\_

Email : \_\_\_\_\_

## VOTRE CV DE YOGI



**Décrivez ici votre expérience du Kundalini Yoga : découverte, cours (quels enseignants?), stages, pratique personnelle...**

## LETTRE DE MOTIVATION



**Qu'est-ce qui vous motive à vous inscrire à cette formation d'enseignants de Kundalini Yoga selon l'enseignement de Yogi Bhajan?**

**Avez-vous des problèmes de santé que vous jugez utiles de nous faire connaître?**

## DATES DE LA FORMATION 2019



8 week-ends d'enseignement à l'Espace Jaya dans le 20ème arrondissement à Paris le samedi de 10h à 18h et le dimanche de 6h30 à 17h

- 23-24 février
- 23-24 mars
- 25-26 mai
- 8-9 juin
- 7-13 juillet : semaine résidentielle dans la Creuse (arrivée le 7 après 14h00, départ le 14)
- 7-8 septembre
- 5-6 octobre
- 19-20 octobre (practicum entre élèves)
- 9-10 novembre
- 23-24 novembre (inclut l'examen)



Notez que le Festival Européen de Kundalini Yoga aura lieu au Château de Fondjouan à Mur de Sologne (41) fin juillet-début août 2019.

Tous les renseignements Festival, en français sur

[www.3ho-kundalini-yoga.eu](http://www.3ho-kundalini-yoga.eu)

ou

europaean3ho@gmail.com

## TARIFS ET REDUCTIONS



**Enseignement : 2250 €**

**Réductions:**

- -5% sur inscription et paiement de 200€ d'arrhes avant le 27 janvier 2019 (soit 2250€ - 5% = 2137€50)
- -5% cumulables si paiement intégral au 23 février 2019

**DONC -10%** sur inscription et règlement de 200€ d'arrhes avant le 27 janvier 2019 et paiement intégral au 23 février 2019  
**(soit 2250€ - 10% = 2025€)**

Il est possible d'étaler les paiements avec 3 chèques qui seront encaissés en :

février – mars - avril

**Frais supplémentaires :**

- **Semaine résidentielle d'été : 245 €**, pension complète, repas bio, en camping (tarif si logement en chambre: **280 €**). Transports non inclus.
- **Tantra** : une journée (obligatoire). Nous vous conseillons vivement de la faire dans le cadre du Festival Européen (fin juillet-début août).
- **Manuel « Aquarian Teacher »** en 2 volumes, **93€**
- **Les repas** pendant les week-ends de formation seront un moment de partage en mettant nos plats en commun.

**Renseignements bancaires** (si paiement par virement) :

A l'ordre de B. Nooteboom

**HELLO BANK**

BIC : BNPA FR PP XXX

IBAN : FR76 3000 4031 8200 0015 3898 987

## BIBLIOGRAPHIE



### OUVRAGES INDISPENSABLES

*Aquarian Teacher, en français*<sup>(1)</sup>

C'est le manuel de formation, en 2 volumes (théorie et pratique).

*Manuel Pratique de Kundalini Yoga*<sup>(1)(2)</sup>

Kriyas et méditations de base.

### OUVRAGES RECOMMANDES

*Manuel de Méditation*<sup>(1)</sup>

*Manuel de Survie*<sup>(1)</sup>

*Humanologie*<sup>(1)</sup>

*Anatomie à colorier ou autre livre d'Anatomie* (en librairie)

*Les Sutras de la Victoire* (paroles de sagesse de Yogi Bhajan, traduit en français par Ram Singh et en vente sur le site [www.dharamsal.fr](http://www.dharamsal.fr))

*Yoga Sutra de Patanjali* (par exemple la version de poche de la collection Spiritualités Vivantes éditée par Albin Michel ou *Patanjali et les Yogas Sutras* par Jean Bouchart d'Orval éditée par Le Relié de Poche)

---

**Le manuel « Aquarian Teacher » en 2 volumes sera disponible sur le lieu de la formation le premier jour de la formation ;  
s'il vous plaît, prévoyez de régler 93€ pour cet acquisition  
(ce tarif réduit est réservé aux élèves en formation).**

---

<sup>(1)</sup> Disponibles en anglais sur le site de vente en ligne Satnam Versand: [www.satnam.de](http://www.satnam.de) et en français aux éditions Golden temple [www.goldentemple.fr/livres/](http://www.goldentemple.fr/livres/)

<sup>(2)</sup> Paru en anglais sous le titre *Sadhana Guidelines*.

## GARANTIE DE CERTIFICATION

Le diplôme d'enseignant(e) de Kundalini Yoga - Niveau 1 (instructeur) est obtenu aux conditions suivantes:

- avoir suivi la formation avec assiduité;
- avoir réussi l'examen écrit lors du dernier week-end;
- avoir réglé la somme totale de la Formation;
- avoir pratiqué au moins une journée de *White Tantric Yoga* ("Yoga Tantrique Blanc"), dans la tradition de Yogi Bhajan. Des sessions de Yoga Tantrique Blanc sont régulièrement organisées en Europe, lors du Festival Européen de Yoga notamment.

Le diplôme d'enseignant(e) est délivré par *Kundalini Research Institute* (KRI). Elle permet d'intégrer la Fédération Française de Kundalini Yoga (FFKY), qui regroupe les enseignants francophones, et/ou IKYTA (*International Kundalini Yoga Teachers Association*). KRI garantit la compétence des enseignants de la formation, la validité de la certification reçue et sa reconnaissance dans le monde entier. Sachez que Niveau 1 (instructeur) est suivi par une formation de Niveau 2 qui donne lieu à certification, proposée également par l'Ecole de Paris

**Dossier complet à renvoyer par courrier postal à :**

**MME NOOTEBOOM**

**173 rue Championnet – 75018 Paris**

**accompagné d'un chèque d'arrhes de 200 € à l'ordre de B. Nootboom**

**[www.kundaliniyogaparis.com](http://www.kundaliniyogaparis.com)**

**Contact : [guruhans@kundaliniyogaparis.com](mailto:guruhans@kundaliniyogaparis.com)**

J'ai pris connaissance de l'intégralité de ce dossier d'inscription, et je m'inscris à la formation d'Enseignants de Kundalini Yoga proposée par EKYP (Ecole Kundalini Yoga Paris), de février à novembre 2019.

Date

Signature