

Formation de yoga 75h d'approfondissement YACEP

du 16 au 22 février 2026
à Sanskriti en France voisine



PAR Mélanie Léchenne & Samantha Possetti



Contenu

Vous avez déjà complété une formation initiale de 200h de yoga et souhaitez aller plus loin dans votre pratique, votre enseignement et votre cheminement intérieur ? Cette formation de 75h en immersion totale est conçue comme une étape d'approfondissement, destinée aux professeur.e.s désireux.ses d'affiner leurs connaissances et d'enrichir leur transmission.

Les modules d'enseignement :

- Pratique posturale
- Mobilité et flexibilité
- Pédagogie & séquençage
- Art du toucher et ajustements
- Philosophie & histoire du yoga
- Méditation & pranayama
- Inversions



Informations supplémentaires

Dates :

- Du 16 février début d'après-midi au 22 février début d'après-midi

Tarifs :

- Earlybird jusqu'au 15 décembre 2025
 - 1'720 Chf / euros pour une chambre multiple
 - 1'800 Chf / euros pour une chambre triple
- Dès le 16 décembre 2025 : augmentation de 200.- (Chf & euros)

Lieu :

L'immersion se déroulera chez Sanskriti, un lieu unique en France voisine dédié au yoga, à la pratique et à la contemplation. Niché dans un environnement paisible et verdoyant, cet espace a été pensé pour offrir un cadre propice à la concentration, à l'étude et au ressourcement. Vous profiterez d'une salle de pratique lumineuse et spacieuse, entièrement équipée, ainsi que de grands espaces communs où partager des moments conviviaux entre participant.e.s.

Le site propose différentes options d'hébergement (chambres multiple ou tripe) afin que chacun puisse trouver l'équilibre entre intimité et vie collective.

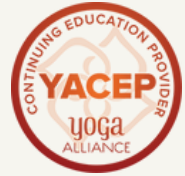
Durant l'immersion, vous dégusterez une cuisine végétarienne saine, colorée et nourrissante (options vegan disponibles sur demande), préparée avec soin pour soutenir la pratique et maintenir un haut niveau d'énergie.

Adresse :

Sanskriti - Centre de Retraite de Yoga & Méditation
31 Rue du Bourg Dehors, 74950 Scionzier



Formulaire d'inscription 75h approfondissement



Prénom :

Nom :

Ma formation 200h (nom de l'école, lieu et date) :

.....

Adresse :

N° tél & email :

En participant, vous vous engagez à informer Samantha Possetti et Mélanie Léchenne si vous êtes enceinte, si vous avez des problèmes de santé, si vous avez subi une opération dans les 6 mois précédents la formation, si vous souffrez d'une maladie physique ou mentale.

En cas de blessure il est préférable d'avoir un avis médical pour s'assurer qu'il n'est pas contre-indiqué de pratiquer.

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'accidents ou blessures des participant.e.s. Chaque participant.e assume l'entière responsabilité de ses mouvements durant le cours. Il/elle est tenu.e d'être en possession d'une assurance responsabilité civile, et de toute assurance individuelle privée couvrant les risques de dommages susceptibles d'être causés ou encourus. La responsabilité de Mélanie Léchenne et Samantha Possetti ne pourra être engagée pour tout préjudice corporel ou matériel causé ou subi par tous/toutes participants/es lors de la formation.

Blessure(s), opération(s), etc. à signaler :

.....

En complétant le contrat, vous vous engagez à verser l'acompte dans les 7 jours. L'acompte est non-remboursable. Le montant total est dû au 31 décembre 2025, annulation écrite possible jusqu'à cette date sans quoi l'entier du tarif de formation sera demandé.

Un acompte de 500.- (non remboursable) est à envoyer à :

Sadhana école de yoga
Chemin des Minoux 1
2900 Porrentruy
EBAN : CH32 8080 8008 2838 2135 3
Banque : Raiffeisen

Date :

Signature :