



FORMATION DE YIN YOGA

65 heures - Cohorte 2026 - En ligne

10 -11 janvier

14-15 février

7-8 mars

25-26 avril

16 et 30 mai

Au programme

- Philosophie du Yin Yoga
- Anatomie, fascias & système nerveux
- Postures & variations
- Respirations & mudras
- Chakras & méridiens
- Méditation, énergétique & sonothérapie
- Méthode d'enseignement & séquences créatives
- Introduction Danse du dragon

Et plus encore ...

Frais :

- 999 \$
- options de paiement : Dépôt + paiement complet
Dépôt + 2 paiements
Dépôt + 3 paiements

Dépôt obligatoire et non- remboursable de 450\$
Le dépôt réserve votre place.

Paiement par virement Interac.



Cette formation est faite pour toi si :

- Si tu pratiques déjà le yoga et que tu souhaites aller plus loin dans ta pratique personnelle ou si tu souhaites enseigner.
- Si tu es déjà enseignant.e de yoga et que tu veux approfondir ou enrichir ton enseignement.
- Si tu es thérapeute ou praticien.nne dans le milieu du mieux-être et que tu veux intégrer le yin yoga à tes services.

.....

Inclusions :

- Manuel de formation en français.
- Les séances de yoga avec Carine, votre enseignante.

Cadeaux:

- Un rencontre individuel de 2 heures avec Carine.
- 15% de rabais sur les programmes proposés au Sanctuaire.

.....

Pour réserver ta place :

academielesanctuaire@gmail.com