

# École Française d'Ashtanga Yoga

## Calendrier complet



PREMIÈRE ANNÉE					
2022					
Date	Horaires	Nb. d'heures	Discipline	Lieu	Enseignants
Octobre 22					
Samedi 1/10	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Evaluation de positionnement Pratique	Samasthiti Studio - 23 rue de la Cerisaie – 75004 Paris.	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Ashtanga atelier pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 2/10	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Atelier pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Ashtanga théorie	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Novembre 22					
Samedi 5/11	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Auto-évaluation de la pratique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Ashtanga atelier pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 6/11	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Ashtanga théorie	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Décembre 22					
Samedi 3/12	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Ashtanga atelier pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 4/12	8h30 – 12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Évaluation Mysore style	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Ashtanga théorie	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				

Calendrier complet

Mis à jour le 31/05/2022

[contact.efay@samasthitistudio.net](mailto:contact.efay@samasthitistudio.net)

## 2023

2023					
Janvier 23					
Samedi 7/01	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Évaluation des pratiques	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Ashtanga atelier pédagogie/technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 8/01	8h30 – 12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Atelier Pédagogie technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Ashtanga théorie	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Février 23					
Samedi 4/02	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Pédagogie/technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Atelier Pédagogie/technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 5/02	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Auto-évaluation des ajustements	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Ashtanga théorie	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Mars 23					
Samedi 4/03	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Atelier pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Atelier ashtanga pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
Dimanche 5/03	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique ateliers	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Ashtanga théorie	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Avril 23					
Semaine intensive Ashtanga Yoga à Aix les bains – l'Académie - 670 Bd Lepic, 73100 Aix-les-Bains					
Mardi 11/04	8h00 – 12h00	4	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Atelier pédagogie et technique	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Ashtanga Théorie	L'Académie	Boulinguez /A. Goueslain
Mercredi 12/04	8h00 – 12h00	4	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Évaluation Mysore style Atelier pédagogie et technique	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Ashtanga Théorie	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain

Mis à jour le 31/05/2022

[contact.efay@samasthitistudio.net](mailto:contact.efay@samasthitistudio.net)

Jeudi 13/04	8h00 – 12h00	4	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Atelier pédagogie et technique	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Théorie et pratique	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
Vendredi 14/04	8h00 – 12h00	4	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Atelier pédagogie et technique Auto-évaluation ajustement	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Théorie	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
Samedi 15/04	8h00 – 12h00	4	Ashtanga Vinyasa Yoga Auto-évaluation ajustement	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain

Date	Horaires	Nb. d'heures	Discipline	Lieu	Enseignants
Mai 23					
Samedi 6/05	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Atelier pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Culture indienne	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	17h30 – 19h30	2	Atelier pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
Dimanche 7/05	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Culture indienne	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Juin 2023					
Samedi 6/05	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Evaluation des pratiques QCM	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Ashtanga Théorie	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	17h30 – 19h30	2	Culture indienne	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 7/05	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Evaluation des pratiques QCM	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Culture indienne	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	17h-19h	2	Bilan – réunion de fin	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	16,5h heures				
<b>TOTAL ANNEE</b>	<b>150h</b>				

Mis à jour le 31/05/2022

[contact.efay@samasthitistudio.net](mailto:contact.efay@samasthitistudio.net)

## DEUXIEME ANNÉE

2023

Date	Horaires	Nb. d'heures	Discipline	Lieu	Enseignants
Octobre 22					
Samedi 7/10	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Évaluation des pratiques	Samasthiti Studio - 23 rue de la Cerisaie – 75004 Paris.	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Ashtanga atelier pédagogique et technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 8/10	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique dirigée Atelier pédagogie/techniques	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Ashtanga cours théorique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Novembre 23					
Samedi 11/11	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Auto-évaluation de la pratique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Atelier pédagogie et pratique	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
Dimanche 12/11	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Auto-évaluation des ajustements	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Ashtanga cours théorique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Décembre 23					
Samedi 9/12	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Atelier pédagogie et pratique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 10/12	8h30 – 12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Évaluation Mysore style	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Ashtanga - cours théorique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				

Mis à jour le 31/05/2022

[contact.efay@samasthitistudio.net](mailto:contact.efay@samasthitistudio.net)

## 2024

2024					
Janvier 2024					
Samedi 13/01	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Evaluation des pratiques	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Atelier de pratiques pédagogie et technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 14/01	8h30 – 12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Ashtanga pédagogie/technique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Cours théoriques	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Février 2024					
Samedi 10/02	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Atelier de pratiques et pédagogie	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 11/02	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Auto-évaluation des ajustements	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Cours théoriques	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Mars 2024					
Samedi 9/03	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Ashtanga Pédagogie/technique	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
Dimanche 10/03	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Evaluation mise en situation classe dirigée	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Ashtanga cours théoriques	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Avril 2024					
Semaine intensive Ashtanga Yoga à Aix les bains – l'Académie - 670 Bd Lepic, 73100 Aix-les-Bains					
Mardi 23/04	8h00 – 12h00	4	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Atelier pédagogie/technique	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Cours théorique	L'Académie	Boulinguez /A. Goueslain
Mercredi 24/04	8h00 – 12h00	4	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Atelier pédagogie/technique Évaluation Mysore style	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Cours théorique	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
Jeudi 25/04	8h00 – 12h00	4	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Atelier pédagogie/technique	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain

Mis à jour le 31/05/2022

[contact.efay@samasthitistudio.net](mailto:contact.efay@samasthitistudio.net)

	14h30 – 17h30	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Cours théoriques/pratiques	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
Vendredi 26/04	8h00 – 12h00	4	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Pédagogie et techniques Auto-évaluation ajustement	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Pédagogie et techniques Cours théorique	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain
Samedi 27/04	8h00 – 12h00	4	Ashtanga Vinyasa Yoga Pratique Pédagogie et technique Auto-évaluation ajustement	L'Académie	C.Boulinguez /A. Goueslain

Date	Horaires	Nb. d'heures	Discipline	Lieu	Enseignants
Mai 2024					
Samedi 11/05	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Evaluation mise en situation classe dirigée	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Anatomie Physiologie	Samasthiti Studio	C. Ioanna / C. Allene
	17h30 – 19h30	2	Atelier de pratiques pédagogique	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 12/05	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga Evaluation mise en situation classe dirigée	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Cours théoriques ou techniques	Samasthiti Studio	Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	14,5 heures				
Juin 2024					
Samedi 8/05	10h00 – 13h00	3	Ashtanga Vinyasa Yoga Evaluation des pratiques	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	14h30 – 17h30	3	Ashtanga -Pédagogie et techniques	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	17h30 – 19h30	2	Ashtanga Théorie	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Dimanche 9/05	8h30-12h00	3,5	Ashtanga Vinyasa Yoga QCM	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	13h30-16h30	3	Cours théoriques ou techniques	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
	17h-19h	2	Bilan – réunion de fin	Samasthiti Studio	C.Boulinguez /A. Goueslain
Week-end	16,5h heures				
<b>TOTAL ANNEE</b>	150h				
<b>TOTAL FORMATION</b>	300h				

Mis à jour le 31/05/2022

[contact.efay@samasthitistudio.net](mailto:contact.efay@samasthitistudio.net)