

# Les intervenants

## Joëlle et Paul BORDAT

Professeurs de Yoga depuis plus de 43 ans  
Formateurs d'enseignants de Yoga I.F.Y. (Institut Français de Yoga)

## Joëlle Martin-Bordat

J'ai été d'abord professeur de Français et d'Espagnol.  
À la suite d'une rencontre enrichissante et décisive avec le Yoga, j'ai décidé de me former à son enseignement et de le transmettre, ce que je fais depuis 1977.

Diplômée de la FNEY (Féd. Nat. des Ens. de Yoga) et FFYV (Féd. Française de Yoga Viniyoga), actuellement "I.F.Y." (Institut Français de Yoga). Je suis formatrice agréée par l'I.F.Y. depuis 2000.

Je suis en même temps très intéressée par l'exploration des outils issus de la tradition occidentale dans le domaine de la connaissance de soi et du développement personnel.

Diplômée de l'E.F.A.P.O., je suis également psychopraticienne en A.P.O. (Analyse Psycho-Organique).

## Paul Bordat

Après un passage dans un bureau d'études industrielles (5 ans), j'ai enseigné le dessin technique.

Parallèlement, j'ai été passionnément intéressé par l'étude du Yoga et par la recherche que propose cette discipline ; je la transmets depuis 1978.

Diplômé de la FNEY (Féd. Nat. des Ens. de Yoga), de la FFYV (Féd. Française de Yoga Viniyoga), actuellement "I.F.Y." (Institut Français de Yoga). Je suis formateur agréé par l'I.F.Y. depuis 2000.

Diplômé de l'ALR (Rebirth), de l'E.F.A.P.O., je suis aussi psychothérapeute en A.P.O. (Analyse Psycho-Organique), titulaire du C.E.P. (Certificat Européen de Psychothérapie), Formé EMDR France.

Je continue à approfondir, par le Yoga et les démarches psychothérapeutiques de notre culture, tout ce qui permet d'approcher et d'intégrer les obstacles à la liberté intérieure et à la capacité de vivre pleinement.

# Modalités et inscription

## DATES

- \* Début ,nouvelle formation :
    - Octobre 2022
    - Week-end ouvert
  - ▶ Du samedi 14h au dimanche 17h00
- Les autres dates seront à définir en commun.
- Juillet 2022 : Stage d'été

## LIEU

2637, route de Plottes - 71700 TOURNUS

Tél. 06 74 36 11 97 - 03 85 51 25 46

100 kms au nord de Lyon, près de Mâcon  
Accès facile par autoroute A6 - Gare SNCF et TGV

## HEBERGEMENT

Lieu de stage dans un cadre de nature, proche des voies de communication. Restauration et hébergement possibles sur place, à prix modique.

## COÛTS ET MODALITÉS DE PAIEMENT

Coût total de l'enseignement ; 7 week-ends, stage d'été et 3 cours individuels par année scolaire.

- ▶ 1490 € à régler en cinq versements.
- Possibilité de prise en charge par la formation professionnelle N° d'activité ; 26710177171 : dans ce cas, le montant sera de 2100 €/an.
- Une adhésion de « membre en formation » à verser à l'IFY chaque année d'un montant de 40 € environ.
- Si difficultés financières, nous contacter.

Au préalable, nous souhaitons rencontrer en rendez-vous individuel toute personne intéressée par cette formation.

Joëlle et Paul Bordat  
2637, route de Plottes - 71700 TOURNUS  
Tél. 06 74 36 11 97 / 06 08 26 62 65 ou 03 85 51 25 46  
joelle.m.bordat@wanadoo.fr · www.yoga-bourgogne.com

## Formation IFY à l'enseignement du Yoga

Affilié à l'Institut Français de Yoga



# Approfondissement ET Formation DE Professeurs de Yoga

EN BOURGOGNE DU SUD

▶ AU NORD DE LYON

Saison  
2022-2026



Joëlle et Paul BORDAT  
Formateurs agréés  
par l'Institut Français de Yoga

# Présentation et orientation

## ► Présentation de la formation IFY

« L'Institut Français de Yoga (IFY) est une association 'loi 1901' créée en 1983 pour encourager et diffuser un enseignement du Yoga qui s'inspire d'une tradition authentique et respecte la personne, ses aspirations, ses besoins et sa culture. »\*

### Approfondissement et Pédagogie du Yoga

Le but de cette proposition est de donner aux participants les moyens d'approfondir et de transmettre cette orientation du Yoga proposée par l'IFY.

## ► Orientation de la formation : connaissance du yoga, connaissance de soi.

Le Yoga envisage l'être humain comme une globalité, et propose une démarche basée sur une expérimentation engageant le corps et l'esprit.

C'est pourquoi, nous privilégierons autant que possible une approche expérimentielle des différents thèmes proposés.

Cette démarche d'intégration globale permettra que coexistent et progressent de front la connaissance du Yoga et la connaissance de soi.

Nous souhaitons favoriser ainsi l'émergence d'une qualité d'être, ce qui nous semble l'axe de recherche central du Yoga, et au delà des connaissances théoriques indispensables, le lieu d'où peut émaner sa transmission.

\* voir le site : [www.ify.fr](http://www.ify.fr)

# Contenu et organisation

## ► Principaux axes du contenu

- Pratique et étude des postures, techniques respiratoires, méditation.
- Anatomie et physiologie appliquées au Yoga.
- Pédagogie spécifique à cet enseignement et dynamique relationnelle dans le cours collectif.
- Pratique de l'écoute, de l'observation et de l'expression.
- Etude du « Yoga-Sutra » de Patanjali.
- Approche d'autres textes de la tradition hindoue.

Programme plus détaillé sur demande

## À qui s'adresse cette proposition ?

Cette formation s'adresse aux personnes qui souhaitent enseigner le Yoga et à celles qui souhaitent simplement l'approfondir.

## ► Organisation

Le cycle de formation se déroulera sur 4 ans (500 heures, selon les recommandations de l'IFY et de l'UEY - Union Européenne de Yoga) ; 7 week-ends, un stage d'été de 3 jours et 3 cours individuels par an.

Formation en groupe restreint (12 à 14 personnes).

Le 1<sup>er</sup> week-end aura lieu en octobre 2022 ; il s'agira d'un week-end "ouvert". L'engagement pour la 1<sup>ère</sup> année se fera à l'issue de ce week-end (voir suite du calendrier au verso).

## Certification

Cette formation donne accès à une double certification : celle de l'Institut Français de Yoga (IFY) et celle de l'Union Européenne de Yoga (UEY).

# Formation IFY à l'enseignement du Yoga

## BULLETIN D'INSCRIPTION

N O M .....

P R É N O M .....

A D R E S S E  
.....  
.....  
.....

C O D E P O S T A L .....

V I L L E .....

T É L . F I X E .....

M O B I L E .....

E - M A I L  
.....

D A T E D E N A I S S A N C E  
.....

Je souhaite un entretien,  
sur rendez-vous.

Je souhaite m'inscrire au week-end de  
formation "ouvert" et je joins un chèque  
de 170,00 € (déductible du montant  
total de l'année de formation à venir)  
libellé à l'ordre de Joëlle et Paul Bordat.

D A T E .....

S I G N A T U R E

À RENVoyer À : Joëlle et Paul Bordat  
2637, route de Plottes 71700 TOURNUS