



Mentorat et certification en yoga Iyengar.

Le programme de mentorat et de certification en yoga Iyengar se déroule sur une période de 3 ans durant laquelle vous serez accompagné et aidé par votre mentor dans votre apprentissage de l'enseignement du yoga, dans l'étude de la philosophie du yoga, de l'anatomie humaine autant que dans la progression de votre pratique personnelle.

Contenu et exigences de la formation :

1^{ère} année :

- Une rencontre par mois d'une durée de trois heures un samedi am (de septembre à juin) pour la pratique d'enseignement afin de maîtriser les postures du syllabus du Niveau 1
- Un cours d'anatomie humaine par mois le même samedi pm d'une durée de 2 heures (de septembre à juin) vous permettant de connaître l'essentiel des différents systèmes du corps humain ainsi que les applications de cette connaissance dans la pratique et l'enseignement du yoga. Ce cours comprend de la lecture et des devoirs à faire à la maison
- Les apprentis provenant du milieu de la santé pourront être exempté de la partie académique de l'anatomie
- Suivre un cours Niveau 1 en tant qu'élève, observateur, démonstrateur et assistant. Enseigner quelques postures durant ce cours avec un retour sur votre enseignement de la part de votre professeur.
- Suivre les cours réguliers de votre Niveau.

2^{ème} année :

- Une rencontre par mois d'une durée de trois heures un samedi pm (de septembre à juin) pour la pratique d'enseignement afin de maîtriser les postures du syllabus du Niveau 1
- Un cours de philosophie du yoga avec rencontre participative de 2 heures le même samedi am suite à des lectures sur le yoga (Bhagavad Gîta, Yoga Sutra de Patanjali etc). Ce cours comprend de la lecture et quelques textes à rédiger.

- Suivre un cours de Niveau 2 en tant qu'élève, observateur démonstrateur et assistant. Enseigner quelques postures durant ce cours avec un retour sur votre enseignement de la part de votre professeur.
- Suivre les cours réguliers de votre Niveau

3^{ème} année :

- Une rencontre par mois d'une durée de trois heures un samedi pm (de septembre à juin) pour la pratique d'enseignement afin de maîtriser les postures du syllabus du Niveau 1 et de vous préparer à votre examen pour l'obtention de votre certification.
- Suivre un cours de Niveau 1, 2 ou intermédiaire comme assistant et enseignant.
- Commencer à enseigner sur une base régulière à des membres de votre famille ou des amis.
- Suivre les cours de votre Niveau

Conditions requises : au minimum de 3 années d'étude du Yoga Iyengar avec un professeur certifié.

Obtention de la certification : L'obtention de la certification se fera lors examen devant un jury composé de professeurs seniors de l' Association canadienne de Yoga Iyengar ACYI.

L'obtention de la certification permettra aux enseignants du Niveau 1 de pouvoir enseigner des cours généraux en yoga Iyengar comprenant toutes les postures du syllabus du Niveau 1. (en terme pratique cela veut dire que vous pourrez enseigner à des élèves de Niveau 1-2 et intermédiaire car le nouveau syllabus du Niveau 1 est très large)

« Enseigner est un engagement, c'est une responsabilité, un processus selon lequel vous transmettez avec gratitude les informations, la connaissance et la sagesse que vous avez reçu de votre maître et du Yoga »

B.K.S. Iyengar