

# FORMATION YOGA ENFANT

[WWW.LEADERFIT-FORMATION.COM](http://WWW.LEADERFIT-FORMATION.COM)

**DURÉE**

2 jours / 14 heures

**FORMATEURS**

Olivier LEFEBVRE

## POUR QUI ?

- Instructeur yoga dynamique désireux de développer toutes les adaptations à la pratique du yoga pour les enfants de 6 à 12 ans

## OBJECTIFS

- Mettre en avant toute la spécificité de ce public
- Développer les différents aspects psychologiques et physiques spécifiques à ces âges
- Développer et acquérir les différents outils techniques et pédagogiques suffisants
- Comprendre, savoir construire et élaborer un cours de yoga adapté à l'enfant

## PROGRAMME

Pouvoir être autonome dans la transmission du yoga pour l'enfant, de l'initiation à la progression dans la pratique.

- Initiation et apprentissage d'une technique d'éveil corporel et d'auto-massage
- Apprentissage d'un groupe de postures et de techniques respiratoires adaptées pour l'enfant
- Apprentissage d'une salutation au soleil et à la lune adaptée à l'enfant
- Apprentissage de techniques de relaxation pour l'enfant avec initiation au Yoga NIDRA

Articles D.6321-1, D.6321-3 et L.6353-1 du Code du Travail - Titre ou intitulé de l'action : Yoga Enfant

### INFOS & INSCRIPTIONS

**SAS LEADERFIT'**

+33 (0)2 47 52 66 01 - [contact@leaderfit.com](mailto:contact@leaderfit.com)

9, rue du Général Mocquery - 37550 Saint Avertin

Organisme de formation continue

RCS TOURS 423 277 565 - SIRET 423 277 565 00069 - NAF 8559A

**VITALYS SARL**

Luxembourg : +352 621 24 99 48

Belgique : +32 0494 61 81 04

[belux@groupe-leaderfit.com](mailto:belux@groupe-leaderfit.com)

20 rue du commerce L-3450 DUDELANGE

Grand Duché du Luxembourg

TVA LU 18538688 TVA BE 0823263348 - 116437/A - 116437/B



## FORMATION YOGA ENFANT

**WWW.LEADERFIT-FORMATION.COM**

**DURÉE**

2 jours / 14 heures

**FORMATEURS**

Olivier LEFEBVRE

### MOYENS ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Des moyens pédagogiques et techniques variés mis en œuvre pour chacun des participants. (salle de formation, manuel de formation, matériel informatique etc.)
- Alternance d'exercices pratiques et théoriques en présentiel.
- Nos formateurs sont des professionnels spécialistes de la formation.
- Validation de ce module par la réussite d'un QCM pour obtenir l'attestation de formation.

Articles D.6321-1, D.6321-3 et L.6353-1 du Code du Travail - Titre ou intitulé de l'action : Yoga Enfant

### INFOS & INSCRIPTIONS

**SAS LEADERFIT'**

+33 (0)2 47 52 66 01 - [contact@leaderfit.com](mailto:contact@leaderfit.com)

9, rue du Général Mocquery - 37550 Saint Avertin

Organisme de formation continue

RCS TOURS 423 277 565 - SIRET 423 277 565 00069 - NAF 8559A

**VITALYS SARL**

Luxembourg : +352 621 24 99 48

Belgique : +32 0494 61 81 04

[belux@groupe-leaderfit.com](mailto:belux@groupe-leaderfit.com)

20 rue du commerce L-3450 DUDELANGE

Grand Duché du Luxembourg

TVA LU 18538688 TVA BE 0823263348 - 116437/A - 116437/B