



## Programme prévisionnel 2018- 2019 FFHY Ouest qui peut être sujet à modifications

ÉCOLE DE YOGA	CULTURE, PHILOSOPHIE, SPIRITUALITÉ	ÉTUDE DES TECHNIQUES	ANATOMIE-PHYSIOLOGIE
15 et 16 Septembre 2018	<b>Paule Dubreuil</b> L'oiseau, symbole de liberté, d'éveil, de paix	<b>Paule Dubreuil</b> Le paon, l'aigle, la colombe	<b>Xavier Jourdain</b> Système ostéoarticulaire-muscles moteurs
17 et 18 Novembre 2018	<b>Jean-François Verbist</b> Les obstacles à la stabilisation du psychisme, les soins à lui apporter (Les <i>Parikarman</i> )	<b>Paule Dubreuil</b> Symbolisme des serpents <i>Bhujagâsna</i>	<b>Xavier Jourdain</b> Equilibre de la ceinture scapulaire
15 et 16 Décembre 2018	<b>Swaminiji Umananda</b> Les principes qui peuvent transformer notre vie.	<b>Paule Dubreuil</b> <i>Sarvangâsana</i> Symbolisme des postures inversées	<b>Xavier Jourdain</b> Le complexe articulaire de l'épaule
12 et 13 Janvier 2019	<b>Danielle et Paule</b> <i>Ganesh</i>	<b>Paule Dubreuil</b> <i>Gajâsana</i>	<b>Xavier Jourdain</b> La main
02 et 03 Mars 2019	<b>Lina Lemaire</b> <i>Le prânâyâma</i>	<b>Paule Dubreuil</b> <i>Simhâsana</i>	<b>Xavier Jourdain</b> La respiration
04 et 05 Mai 2019	<b>Carmen Sala</b> <i>Mantra</i> et <i>OM</i>	<b>Maurice Colin</b> "Les états de conscience"	<b>Catherine Willer</b> Le système neurologique
15 et 16 Juin 2019	<b>Lucienne Lecoin Barrellier</b> <i>Les Pancha Kosha</i>	<b>Paule Dubreuil</b> <i>Pascimatâsana</i> <i>Siddhâsana</i>	<b>Contrôle de fin d'année</b>