

**Formation**  
Yoga et kinesitherapie

**Programme**

1er jour :

9H / 12h30

Presentation de la formation : echanges avec les stagiaires, remise d'un support de cours et d'une bibliographie.

Presentation theorique du Yoga et des Yogas. Les points communs, et les differences.

Le yoga est un travail sur le corps, le souffle et le mental.

formation pratique au tapis.

14h00 ? 17h30

Un premier cours de yoga-type, puis autres cours a orientation therapeutique, durant toute la journee.

A la fin de J1, questions-reponses, sur le vecu de ce travail et sur ses variantes.

2eme jour :

9h00 ? 12h30

Bilan de l'experience de la veille, questions-reponses,

Reponse aux questions supplementaires des stagiaires : sous forme de cours au tableau, et/ou au tapis.

14h00-17h30

formation pratique au tapis.

synthese en fin de stage, sur l'interet pratique au cabinet, des connaissances developpees durant ces 2 jours.

Formation sur 2 jours essentiellement pratique.

**Intervenant(s)**

**DALLIOUX Angelique**

Haute Ecole de kinesitherapie Andre Vesale Liege

Masseur kinesiherapeute, Kinesitherapie / kinesiherapeute

1981 ? 1985

Power yoga - hatha yoga- mind & spirituel-yoga

Gestion du stress, Ouverture du concept gymdudos / Spitant&Zen

Kinesiherapeute , instructeur Nike, gestion du stress

Activites et associations : Coaching physique & bien etre /ambassadrice Lole

founder coaching

Spitant&Zen