

A man in white pants is performing a yoga pose on a mat on a beach at sunrise. He is standing with his back to the camera, arms raised in a wide V-shape, and his head tilted back. The sun is low on the horizon, creating a bright glow and a reflection on the water. The sky is a clear, light blue.

CONSERVATOIRE DU  
Yoga

Saison 2022/2023

[www.conservatoireduyoga.net](http://www.conservatoireduyoga.net)

[www.academie-de-yoga.fr](http://www.academie-de-yoga.fr)



*Ami.e.s yogi et yogini,*

*Je vous espère toutes et tous animé.e.s d'une très belle énergie.*

*J'aurai un immense plaisir à vous retrouver et à poursuivre avec vous le partage de ces riches enseignements du yoga dans lesquels nous cherchons ensemble les ajustements personnels, source de simplicité et de profondeur.*

*Quelle que soit la situation, nous nous en sortirons mieux si nos actions sont éclairées par l'élan du cœur et le respect mutuel.*

*Prenez soin de vous, de vos proches et pratiquez aussi régulièrement que vous le pourrez.*

*Avec l'énergie de Joie et de Lumière,*

*Boris*





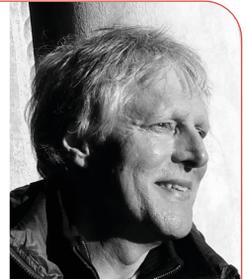
## LE CONSERVATOIRE DU YOGA DE L'ÉNERGIE VOUS PROPOSE

- Trois **sites web** :
  - [www.boristatzky.fr](http://www.boristatzky.fr)
  - [www.academie-de-yoga.fr](http://www.academie-de-yoga.fr)
  - [www.conservatoireduyoga.net](http://www.conservatoireduyoga.net)
- Des **cours hebdomadaires** à Aix-en-Provence et à Lyon.
- Des **séminaires accessibles à tous les niveaux des pratiquants**.
- Deux écoles de **formation professionnelle** à Aix-en-Provence et à Lyon.
- Deux académies de **post-formation** à Aix-en-Provence et à Lyon.
- Des **stages professionnels** pour les enseignants de Yoga
- Une **lettre de documentation** semestrielle, *Le Point Source*.
- Des séries de **conférences** et d'ateliers **tous niveaux**.

**Boris Tatzky** est directeur des Écoles de formation professionnelle de Yoga à Aix-en-Provence et à Lyon.

Il a reçu pendant plusieurs années, en cours individuels, les enseignements de Roger Clerc à Paris et de T.K.V. Desikachar à Chennai (Inde). Il est formateur d'enseignants et conférencier dans plusieurs écoles professionnelles européennes. La pédagogie qu'il propose est progressive, adaptable à chaque personne et centrée sur la transmission des pratiques liées aux textes fondamentaux du Hatha-Yoga.

Auteur du livre ***Le Souffle, énergie du Yoga***, qui vient de paraître aux éditions *Le courrier du livre*.



# COURS À PARIS

[ Rue des Archives ]



## KRIYÂ

Le Yoga Sûtra et la Hatha-Yoga Pradîpikâ proposent de favoriser l'état de Yoga en pratiquant des actions très efficaces de clarification, de nettoyage physique et psychique nommées : Les *Kriyâ*.

En nous basant sur ces textes, nous expérimenterons un ensemble d'enchaînements très spécifiques, comprenant des postures, des contrôles du souffle et des *Mudrâ*. Ils cherchent à stimuler nos capacités physiques et à affiner nos facultés mentales. Leur propos est de s'insérer dans une pratique régulière.

INTERVENANT • Boris TATZKY

DATES • Les vendredis • 2022 : 14 Octobre

• 2023 : 06 Janvier – 10 Février – 10 Mars – 16 Juin

### MODALITÉS

- **Où** : 34, Rue des Archives – 75004 PARIS (Métro Hôtel de Ville)
- **Combien** : pour les 5 rencontres : **450 €** (identique à 2021)
- **Quand** : chaque cours dure 2 heures – selon votre choix :  
13h30 à 15h30 / 15h45 à 17h45
- **Comment** : à l'aide du bulletin de la page 10, accompagné de 2 chèques, acompte plus solde, libellés à l'ordre de l'Académie de Yoga :  
Acompte : 200 € / Solde : 250 €

Les encaissements se feront : l'acompte fin Octobre 2022 et le solde en Avril 2023.

**Les acomptes ne seront encaissés que si toutes les conditions permettent le déroulement des cours / NB : Les tarifs étant des forfaits, il n'y a pas de remboursement possible, même partiel, en cas d'absence.**

- **N'oubliez pas votre tapis de Yoga.**

### ACADÉMIE DE YOGA

18, Rue Victor Leydet – 13100 AIX EN PROVENCE

Tél. 06 78 52 02 41 – [aca.yoga@wanadoo.fr](mailto:aca.yoga@wanadoo.fr) – [www.academie-de-yoga.fr](http://www.academie-de-yoga.fr)

# WEEK-ENDS LYON 6<sup>E</sup>



## POST-FORMATION DES ÉCOLES FRANÇAISES DE YOGA & DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

La pratique du Yoga est une formation permanente. Ces rencontres proposent à chaque pratiquant d'évoluer progressivement grâce à l'utilisation de toutes les facultés de l'Être : le corps, le souffle, les attitudes mentales, les sons, la concentration et la méditation. En outre, il est proposé à chaque enseignant de progresser, en approfondissant sans cesse la pédagogie.

INTERVENANT • Boris TATZKY

DATES • 2022 : 01-02 Octobre – 10-11 Décembre

• 2023 : 18-19 Février – 01-02 Avril – 03-04 Juin

- **Où :** L'ESCALE LYONNAISE - 100 rue de Créqui - 69006 LYON (Métro Foch ou Masséna)
- **Repas :** Repas non prévus. Possibilité de pique-niques dans la salle de réfectoire.
- **Tarif :** **Les 5 journées (samedi ou dimanche) : 615 €** (identique à 2021)  
acompte : 265 € / solde : 350 €  
**Les 5 week-ends : 850 €** acompte : 350 € / solde : 500 €
- **Quand :** samedi de 9h à 15h30 / dimanche de 9h à 13h
- **Comment :** à l'aide du bulletin de la page 2, accompagné des 2 chèques (acompte + solde) libellés à l'ordre de l'Académie de Yoga.  
**Les encaissements se feront : l'acompte fin Novembre 2022 et le solde en Mars 2023.**  
**Les acomptes ne seront encaissés que si toutes les conditions permettent le déroulement des cours / NB :** Les tarifs étant des forfaits, il n'y a pas de remboursement possible, même partiel, en cas d'absence.
- **N'oubliez pas votre tapis de Yoga.**



## ● LA JOURNÉE DU SAMEDI

### SAMANTRAKA – Intégrer une pratique de *Mantra* dans les *Âsana* et la conscience des *Chakra*

**PRATIQUE** – La pratique ajustée des *Mantra* peut développer le champ de nos réalisations dans le yoga. Répétés oralement puis silencieusement, intégrés dans les pratiques posturales et respiratoires, ils vont ouvrir un approfondissement et des nouvelles dimensions dans nos exercices de yoga.

Ils seront très efficaces autant dans les *Karana*, les *Âsana* que dans la mise en place de la conscience des 12 *Chakra* mentionnés par *Kumbharîpava*.

**CONFÉRENCES** – Aperçu des textes de base soutenant ces pratiques.

## ● LA JOURNÉE DU DIMANCHE

### FORCE MENTALE ET LIBERTÉ INTÉRIEURE Les 3 degrés de concentration : *Tatraka*, *Ekâgratâ*, *Samyama*.

**PRATIQUE** – Afin de perfectionner nos forces mentales et notre liberté intérieure nous exercerons notre concentration (*Dhâranâ*) selon 3 degrés progressifs de réalisation. Nous appliquerons ce processus dans des enchaînements, des postures et des contrôles du souffle, améliorant leur réalisation et accédant ensuite à des états d'une méditation plus profonde.

**CONFÉRENCES** – Référence aux textes traditionnels. Étude de l'impact des concentrations dans la vie quotidienne.

N'oubliez pas votre tapis de Yoga.

# FORMATION PROFESSIONNELLE

## DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

### FORMATION PROFESSIONNELLE

Elle permet de développer le sens de la transmission de l'état de yoga en procurant aux participants des moyens pédagogiques appropriés. L'attestation de formation professionnelle obtenue aboutit au certificat fédéral d'enseignant de Yoga (F.N.E.Y). Ces formations se répartissent chaque année sur sept week-ends et une semaine de stage en été.

#### Matières enseignées

- Pratique des disciplines: *Asana, Prânâyâma, Dhâranâ, Dhyâna.*
- Introduction aux principales philosophies de l'Inde.
- Étude des textes fondamentaux: *Yoga-Sûtra – Hatha-Yoga Pradîpikâ.*
- Anatomie et physiologie en relation avec la pratique posturale.
- Pédagogie progressive et détaillée des techniques du Yoga.
- Analyse du sens des pratiques du Hatha-Yoga.
- Approfondissement de l'expérience personnelle.
- Formation à la didactique dans la transmission du Yoga.

### POST-FORMATION PROFESSIONNELLE

Bien que le but du Yoga soit immuable, sa pédagogie est sans cesse en évolution. Ces cours permettent aux enseignants d'affiner et d'actualiser leur capacité de transmission et d'approfondir la compréhension des textes fondamentaux du Yoga.

Nos écoles sont membres de l'Union Nationale de Yoga (Paris) et agréées par le Conservatoire du Yoga de l'Énergie. Les formateurs sont tous certifiés par la Fédération Nationale des Enseignants de Yoga.

## École Française de Yoga Auvergne-Rhône-Alpes

**Espace Ouest Lyonnais:** 6, Rue Nicolas Sicard – 69005 LYON  
06 70 31 27 27 / lyon@ecoleyoga-lyon.net

- 2022** ● 08-09 Octobre ● 03-04 Décembre  
**2023** ● 28-29 Janvier ● 25-26 Février ● 25-26 Mars  
● 22-23 Avril ● 10-11 Juin

#### STAGE DES ÉCOLES :

À choisir parmi ceux proposés par le Conservatoire du yoga.

**POST-FORMATION :** L'Escale Lyonnaise - 100 rue de Créqui - 69006 LYON

Thèmes, dates et modalités: voir détail en pages 5 et 6.

Renseignements post-formation: 06 78 52 02 41 ou aca.yoga@wanadoo.fr



## École Française de Yoga du Sud-Est

Nouveau numéro : 06 25 77 44 01

aix@ecoleyoga-aix.net ou aca.yoga@wanadoo.fr



### Domaine de PETITE

D16, Route de Saint Chamas  
13450 GRANS



2022 ● 22-23 Octobre ● 19-20 Novembre

2023 ● 14-15 Janvier ● 25-26 Février ● 18-19 Mars ● 15-16 Avril ● 13-14 Mai

STAGE DES ÉCOLES : À choisir parmi ceux proposés par le Conservatoire.

## POST-FORMATION ET APPROFONDISSEMENT

**SAMANTRAKA – Intégrer une pratique de *Mantra* dans les *Âsana* et la conscience des *Chakra*.**

PRATIQUE : La pratique ajustée des *Mantra* peut développer le champ de nos réalisations dans le yoga. Répétés oralement puis silencieusement, intégrés dans les pratiques posturales et respiratoires, ils vont ouvrir un approfondissement et des nouvelles dimensions dans nos exercices de yoga. Ils seront très efficaces autant dans les *Karana*, les *Âsana* que dans la mise en place de la conscience des 12 *Chakra* mentionnés par *Kumbharîpava*.

CONFÉRENCES : Aperçu des textes de base soutenant ces pratiques.

TARIFS (identiques à 2021)

- Pour les anciens élèves de l'EFYSE/EFYARA :  
780 € pour les 7 samedis
- Pour les élèves d'autres écoles de formation :  
1 140 € pour les 7 samedis

Les acomptes ne seront pas encaissés avant la première date prévue pour les cours.

NB : En cas d'absence, les tarifs sont des forfaits, non susceptibles de remboursement partiel.

Pour en savoir plus : [www.academie-de-yoga.fr](http://www.academie-de-yoga.fr)

Renseignements post-formation : 06 78 52 02 41 ou [aca.yoga@wanadoo.fr](mailto:aca.yoga@wanadoo.fr)

# ACADÉMIE DE YOGA D'AIX-EN-PROVENCE



## COURS COLLECTIFS



### Les équipements

Dans la salle spécialement aménagée pour le Yoga, des tapis, coussins et bancs de méditation sont à la disposition des élèves.

### Tableau des horaires

Débutants / Relaxation (A)

Intermédiaire (A/B)

Perfectionnement / Approfondissement du souffle (B)

Exercice des sonorités sanskrits / Philosophie / Méditation (M)

Lundi	10h (A)			17h15 (A)	18h20 (B)	19h20 (M)
Mardi	10h (B)	11h (M)	12h30 (B)	17h15 (A)	18h30 VISIO	
Mercredi	10h (A/B)					
Jeudi	10h VISIO			17h30 (A/B)	18h30 (B)	
Vendredi			12h30 (A/B)			

**NB : Les horaires pourront être modifiés, vérifier sur le site de l'académie.**

## RENSEIGNEMENTS

- Pour l'EFYSE et les cours à l'Académie . . . . . **04 42 27 92 20 – 06 25 77 44 01**
- Pour les post-formations . . . . . **06 78 52 02 41 – [aca.yoga@wanadoo.fr](mailto:aca.yoga@wanadoo.fr)**

## POUR EN SAVOIR PLUS

- Académie de Yoga d'Aix-en-Provence . . . . . **[www.academie-de-yoga.fr](http://www.academie-de-yoga.fr)**
- Conservatoire du Yoga de l'Énergie . . . . . **[www.conservatoireduyoga.net](http://www.conservatoireduyoga.net)**
- École Française de Yoga du Sud-Est . . . . . **[www.ecoleyoga-aix.net](http://www.ecoleyoga-aix.net)**
- École Française de Yoga de Lyon . . . . . **[www.ecoleyoga-lyon.net](http://www.ecoleyoga-lyon.net)**
- Académie Lyonnaise de Yoga . . . . . **[www.academie-yogalyon.fr](http://www.academie-yogalyon.fr)**
- Boris Tatzky . . . . . **[www.boristatzky.fr](http://www.boristatzky.fr)**



# Le Point Source

Être adhérent au Conservatoire du Yoga de l'Énergie vous permet de recevoir le "Point Source" et diverses informations sur le Yoga, de figurer sur le site web en vous inscrivant sur le fichier professionnel.

L'adhésion au C.Y.E vous permet également de participer à toutes nos activités.

La "Point Source", lettre de communication du Conservatoire, contient des études posturales et philosophiques provenant de différentes écoles de yoga.

En tant qu'adhérent, vous le recevrez à votre adresse mail.

## BULLETIN D'ADHÉSION AU CONSERVATOIRE DU YOGA, à nous renvoyer

*Inscription annuelle : de Septembre 2022 à Septembre 2023*

M, Mme, Mlle .....

Prénom .....

Profession .....

Adresse .....

CP ..... Ville .....

Tél. ....

Date de naissance .....

Email (en majuscule) .....

❖ Vous êtes ENSEIGNANT de Yoga, vous réglez la cotisation annuelle de **25 €**

Souhaitez-vous figurer sur l'annuaire internet ?  oui  non

Possédez-vous un site web ?  oui  non

Si oui, adresse .....

❖ Vous êtes PRATIQUANT de Yoga, vous réglez la cotisation annuelle de **18 €**

Date

Signature

**La cotisation est à régler à l'ordre du Conservatoire du Yoga de l'Énergie (C.Y.E)  
1, route de Saint Romain - 69660 COLLONGES-AU-MONT-D'OR**