

Formation Professionnelle yoga Aérien

Du lundi 20 au vendredi 24 juillet
35h • Transmission, sécurité et
conscience du corps



Cette formation s'adresse
aux professeur·es de
yoga, de danse, aux
artistes du mouvement,
ainsi qu'aux personnes en
reconversion
professionnelle
souhaitant acquérir des
bases solides et une
approche sensible du
yoga aérien.

Je suis Karine Rodrigo



J'enseigne le yoga aérien depuis 2017 au sein de mon école de danse aérienne et je pratique les disciplines aériennes depuis 2012. Forte d'une expérience auprès d'un public varié (adultes, seniors, enfants, adolescents), je transmets une approche sécurisée, sensible et accessible du yoga aérien.



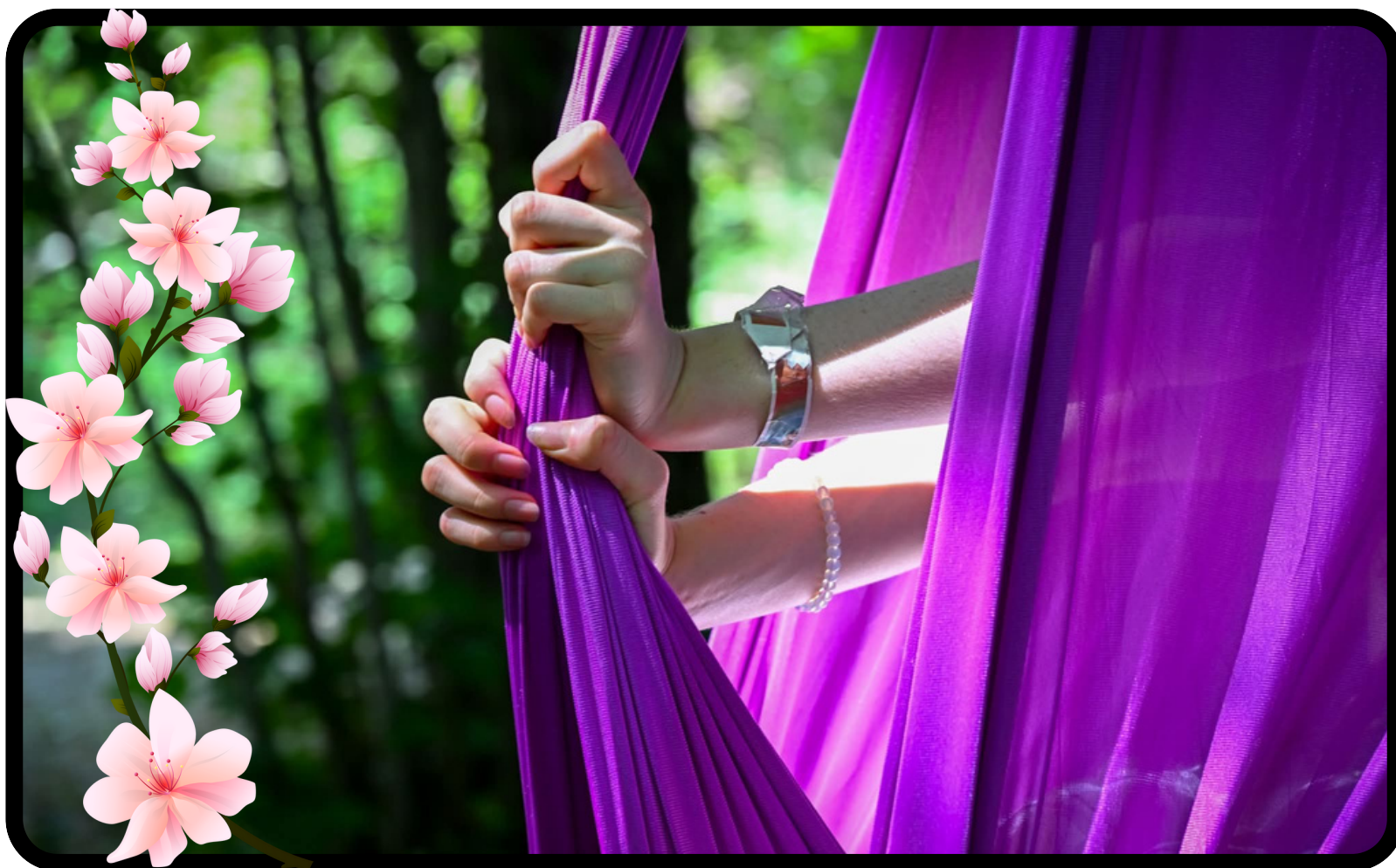
Au programme

- Pratique complète du yoga aérien (renforcement, mobilité, inversions, relaxation)
- Sécurité & accroches (point central de la formation)
- Matériel, installation et logistique
- Pédagogie et adaptations à différents publics
- Temps de détente, méditation, massage et intégration
- Approche artistique et conscience du mouvement



- Pratique en extérieur avec portiques autonomes et accroches dans les arbres

Une formation vivante et exigeante, alliant technique, éthique, écoute du corps et créativité, pour enseigner le yoga aérien avec confiance et professionnalisme.



Tarif : 1 200 € la semaine (35h)

- Hébergement non inclus (camping et chambres d'hôtes à proximité – infos fournies).
- Repas partagés sur place ou au restaurant selon le groupe.

✨ Une ou deux soirées surprises possibles.

Paiement en plusieurs fois possible.

Acompte de 30 % demandé à l'inscription.

A l'école de danse aérienne Fly'n Dance

75 route de Toulouse, 09100 Pamiers



Organisé par l'association Papillons de soie,

Infos et reservation :

papillons.de.soie@gmail.com

Karine : **06 88 88 03 65**