

CNY : Transmettre le Souffle du Yoga...

Collège National de Yoga

DOSSIER D'INSCRIPTION POUR LA FORMATION 2025-2026



Adresse du Secrétariat

Collège National de Yoga
3 allée de la Marne
95120 Ermont

Courriel :

contact@collegeyoga.fr

Téléphone : 06 03 18 04 80

www.collegeyoga.fr

1- LE COLLEGE NATIONAL DE YOGA

Le Collège National de Yoga (CNY) a été créé en 2003 par Evelyne Sanier-Torre. Après avoir reçu la formation d'Eva Ruchpaul, Evelyne a suivi l'enseignement de Gérard Blitz, notamment sur les Yoga Sutra, puis fut touchée par la transmission du Prânâyâma et de la Bhakti avec Sri TKS Sribhashyam. Son enseignement est fondé sur la pratique posturale, respiratoire et méditative ainsi que sur les Yoga Sutra, afin de redonner au corps toutes ses résonnances spirituelles. L'enseignement qu'Evelyne Sanier-Torre dispense au sein des cours et de la formation du CNY est toujours relié à l'enseignement reçu par ses Maîtres et fait référence à la lignée de Sri T. Krishnamacharya, lignée traditionnelle où la spiritualité est au cœur de l'enseignement, de la transmission et de la pratique du yoga.

Evelyne est directrice pédagogique du CNY.

Le CNY adhère à la fédération FYLE (Fédération de Yoga des Lignées d'Enseignement) dont l'esprit s'appuie sur les lignées d'enseignement du yoga à l'origine desquelles se trouve un Maître reconnu, sur les grands textes de la tradition, sur la transmission de maître à élève d'un savoir Être, tout en s'adaptant à l'évolution de l'homme contemporain, en respectant son rythme ainsi que son temps de transformation intérieure et ceci en l'absence de tout sectarisme.

Issu de la lignée du grand Sage Nâthamuni, le Maître Sri Krishnamacharia a eu de nombreux disciples qui ont eux-mêmes œuvré pour perpétuer un enseignement à la fois traditionnel et répondant aux attentes et aux besoins de notre époque sans en perdre l'essence primordiale. Ses deux fils T.K. Sribhashyam, et T.K.V. Desikashar, ainsi que B.K.S. Iyengar, Gérard Blitz, Sri K. Patthabhi Jois ont à leur tour développé de grandes qualités pédagogiques pour continuer à transmettre les trésors cachés de cette tradition millénaire qu'est le Hatha Yoga, avec ses différents aspects physiques, énergétiques, méditatifs, philosophiques et spirituels, et ceci en Inde et en Europe.

Le CNY est un organisme de formation professionnelle reconnu, il possède un numéro d'activité délivré par la DIRECCTE au titre de ses actions de formation.

2- LA FORMATION D'ENSEIGNANT DE YOGA DU CNY

Elle s'adresse autant aux personnes qui désirent approfondir la pratique du yoga qu'à celles qui vont l'enseigner ou souhaitent compléter une formation initiale. Elle répond aux besoins de chacun quelque soit l'âge, en offrant une pédagogie adaptée à la société contemporaine pour un mieux-être, dans le respect de tous.

La formation du CNY :

- dispense 640 heures de formation sur 4 années
- respecte les règles définies par l'Union Européenne de Yoga et répond aux exigences du Programme de Base Européen (PBE).
- est organisée selon des cours hebdomadaires et séminaires, et transmet l'enseignement des nombreuses matières nécessaires à la transmission de la discipline du yoga.

Le yoga est un savoir qui se savoure... Parce qu'on ne peut transmettre que ce que l'on est, ce savoir passe par l'expérience de *l'état de yoga*. La transformation intérieure demande de la pratique, de l'écoute et du temps. Temps de l'initiation, de l'imprégnation pour qu'advienne le temps de l'Être... C'est un cheminement au fil des jours.

CNY : Transmettre le Souffle du Yoga...

Collège National de Yoga

C'est pourquoi le CNY propose 4 années de formation pour offrir à chacun, à son rythme, un parcours personnalisé avec la possibilité d'approfondir sa pratique, son chemin personnel et son aptitude à transmettre l'état de yoga qui ne peut être acquis en quelques semaines et/ou mois. La première année est basée sur l'expérience, ressentir *l'état de yoga* pour soi-même, percevoir ses propres changements et savourer la pratique du yoga... La deuxième année permet de commencer à comprendre les mécanismes du corps et de la conscience. La troisième année donne les clés pour bien enseigner en adaptant chaque cours aux spécificités des participants et répondre ainsi aux besoins de chacun : personnes jeunes, plus âgées, en bonne santé, désireuses d'un corps plus souple ou plus tonique, en quête d'un état de bien-être avec moins de stress ou bien traversant une période difficile... Tout en guidant les personnes en recherche d'un chemin spirituel ... Répondre aux différentes attentes dans le respect de tous : cela s'apprend... et prend du temps ! La quatrième année, est une année majeure pour enseigner avec joie et percevoir que les graines semées grandissent, fleurissent et portent de beaux fruits.

Les spécificités de la formation :

- **Adaptabilité, tradition et spiritualité :**
La pratique de yoga étudiée est reliée aux textes traditionnels de l'Inde et par là même fait du yoga une pratique corporelle qui ouvre au spirituel. L'enseignement de cette pratique respecte la transmission d'un savoir issu de plusieurs millénaires tout en étant adapté à la société contemporaine.
- **Exigence de qualité :**
Chaque matière est enseignée par des personnes dont l'expertise est pleinement reconnue dans leur sphère professionnelle.
- **Une écoute bienveillante :**
Chaque promotion, annuelle, est composée de douze stagiaires au maximum et permet ainsi la souplesse d'une petite structure au service du respect du rythme de chaque stagiaire.
Régulièrement pendant le cursus de formation, Evelyne Sanier-Torre propose, si nécessaire, des entretiens individuels avec chaque stagiaire afin de répondre à leurs questions, à leurs recherches et s'ils le désirent les guider et les conseiller sur leur cheminement.

2.1- Le programme de la formation

Les matières enseignées :

- Pratique approfondie de Hatha-Yoga avec Asana, Prânâyâma, Méditation ;
- Cours de pédagogie : apprentissage de la structure d'un cours en fonction des différents paramètres tels que l'heure, le climat, l'âge, l'état de santé, les besoins, l'environnement, ... ;
- Anatomie générale et appliquée aux postures de yoga selon les fondements de la *Spiraldynamik*. Indications et contre-indications. Adaptation à l'âge et aux cas particuliers (femme enceinte, ...)

CNY : Transmettre le Souffle du Yoga...

Collège National de Yoga

- Symbolique des postures ;
- Etudes des textes de tradition indienne (Yoga Sutra, Bhagavad Gîtâ, Upanishads...) ;
- Etudes des textes de tradition occidentale .

Le Collège National de Yoga est la seule école française de formation d'enseignants de yoga qui inclut dans son programme les fondements de la *Spiraldynamik*, véritable outil pédagogique pour développer à la fois une connaissance vivante de l'anatomie et une pédagogie différenciée permettant de respecter au mieux le corps de chaque pratiquant.

2.2- Le cursus de formation

Plusieurs possibilités vous sont offertes pour suivre le cursus de l'enseignement. Chaque année, la formation comprend :

- 7 week-ends de formation ;
- 1 séminaire résidentiel de 5 jours ;
- 1 cours de yoga hebdomadaire, à choisir en présentiel ou en ligne.

2.3- Les enseignants

Lors de chaque séminaire interviennent plusieurs enseignants, experts reconnus dans leur domaine, pour approfondir les différentes matières du programme de formation. Vous y retrouverez entre autres :

Evelyne Sanier-Torre : Fondatrice et Directrice du Collège National de Yoga. Présidente de la FIDHY de 1995 à 2002, actuelle Présidente de FYLE, Evelyne Sanier-Torre enseigne depuis plus de quarante ans. Elle intègre dans son enseignement les asana, le prânâyâma et les fondements de la *Spiraldynamik*, en cherchant à redonner au "corps" toutes ses résonances spirituelles.

Chantal Chagneau : Directrice administrative du Collège National de Yoga, professeur de yoga, Chantal anime des cours de yoga hebdomadaires et lors de séminaires.

CNY : Transmettre le Souffle du Yoga...

Collège National de Yoga

Vincent Maréchal : Ingénieur agricole de formation, Varad a suivi une formation en Ayurveda dans une Université Américaine puis en Inde auprès de Vaidyas traditionnels. Praticien diplômé en Ayurveda depuis 1991, Varad transmet un ayurveda authentique.

Jacques Scheuer : Jésuite, professeur émérite d'histoire des religions de l'Asie à l'Université catholique de Louvain (Louvain-la-Neuve, membre de l'équipe des Voies de l'Orient (Bruxelles. A publié de nombreux ouvrages, dont "Un chrétien dans les pas du Bouddha", *Une traversée des Upanishad, Parole et Silence : un patrimoine de l'Inde hindoue.*

2.4- La charte du stagiaire

L'inscription du stagiaire à la formation CNY implique le respect du règlement intérieur du CNY, document en pièce jointe.

3- DIPLOME

Le Collège National de Yoga délivre le diplôme d'Enseignant de Yoga à tout stagiaire ayant suivi le cursus de formation de 4 années, ayant satisfait aux exigences demandées lors des examens en 3ème et 4ème années et sur le travail personnel tout au long de la formation, et ayant rédigé un mémoire de fin d'études.

La formation est reconnue par la Fédération de Yoga des Lignées d'Enseignements FYLE, garante de formations en quatre années minimum permettant d'offrir une formation diplômante de qualité, dans le respect de la tradition tout en s'adaptant à la société actuelle.

Le site de la fédération FYLE est : fyle.fr

4- PROGRAMME 2024-2025

Le Séminaire de rentrée aura lieu les 4 et 5 Octobre 2025. Le programme est présenté ci-après.



collège national de yoga

Dates des séminaires de formation du CNY - Année 2025/2026

4 et 5 octobre 2025 : Thème : Yoga, un cheminement pour devenir soi.

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenant: Evelyne Sanier-Torre

Lieu: Les Floralties - 15 ter rue du Maréchal Foch - Ermont - Immeuble B - Interphone 1 - 4ème étage

Samedi : 14h00 - 18h : Yoga sutra et cours de Yoga.

Dimanche : 9h30 - 12h30 : Cours de Hatha Yoga - 14h00 -17h : Atelier et pédagogie.

15 et 16 novembre 2025 : Thème : Yoga et maternité.

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenant: Evelyne Sanier-Torre

Lieu: Les Floralties - 15 ter rue du Maréchal Foch - Ermont - Immeuble B - Interphone 1 - 4ème étage

Samedi : 14 h - 18 h : Yoga et maternité.

Dimanche : 9h30 - 12h30 : Cours de Hatha Yoga - 14h00 -17h : Atelier et pédagogie.

6 et 7 décembre 2025 : Thème: Yoga et corps. Quand la sagesse s'incarne...

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenant: Evelyne Sanier-Torre

Lieu: Les Floralties - 15 ter rue du Maréchal Foch - Ermont - Immeuble B - Interphone 1 - 4ème étage

Samedi : 14h00 - 18h : Corps et yoga.

Dimanche : 9h30 - 12h30 : Cours de Hatha Yoga - 14h-17h : Atelier et pédagogie.

17 et 18 janvier 2026 : « Yoga, une invitation à la contemplation. »

Séminaire ouvert à tous. En présentiel ou via Zoom. Intervenant: Evelyne Sanier-Torre

Lieu: Les Floralties - 15 ter rue du Maréchal Foch - Ermont - Immeuble B - Interphone 1 - 4ème étage

Samedi : 14h00 - 18h et Dimanche : 9h30-12h30 et 14h -17h.

Un séminaire sur la **Bhakti** avec Evelyne Sanier-Torre pour approfondir pratique, méditation et contemplation en s'appuyant sur la Bhagavad Gîtâ reliée aux exercices spirituels de Saint Ignace.

14 et 15 mars 2026 : Thème : Yoga et voix. Au cœur de la vibration sonore...

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenant: Evelyne Sanier-Torre

Lieu: Les Floralties - 15 ter rue du Maréchal Foch - Ermont - Immeuble B - Interphone 1 - 4ème étage

Samedi : 14h - 18h00 : Yoga, Voix et Mantra

Dimanche : 9h30 - 12h30 : Cours de Hatha Yoga - 14h00 -17h : Atelier et pédagogie.

11 et 12 avril 2026: Thème: Yoga et souffle de vie.

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenant: Evelyne Sanier-Torre

Lieu: Les Floralies - 15 ter rue du Maréchal Foch - Ermont - Immeuble B - Interphone 1 - 4ème étage

Samedi : 14h - 18h : étude des pranayama et gestion du stress par le yoga et le souffle.

Dimanche : 9h30 - 12h30 : Cours de Hatha Yoga - 14h - 17h : Atelier et pédagogie adaptée.

13 et 14 juin 2026 : Thème: Yoga au cœur de la pratique, la pratique du cœur...

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenant: Evelyne Sanier-Torre

Lieu: Les Floralies - 15 ter rue du Maréchal Foch - Ermont - Immeuble B - Interphone 1 - 4ème étage

Samedi : 14 h- 18 h : Cours de Hatha Yoga et yoga sutra.

18h30 : Remise des diplômes et soirée conviviale ouvertes à tous

Dimanche : 10h - 12h30 et 14h - 17h : Cours et pédagogie de Hatha Yoga.

Un séminaire résidentiel ouvert à tous:

**Du Lundi 27 juillet (15h) au vendredi 31 juillet (17h) 2026 : “Yoga, amour de l’Être...”
Séminaire animé par E. Sanier-Torre et Jacques Scheuer, à St Antoine de l’Abbaye. (40h)**

A travers des cours donnés par Jacques et des pratiques de yoga guidées par Evelyne, nous vous invitons à cheminer sur les sentiers de la vie spirituelle et à explorer l’enseignement d’un grand maître de sagesse qu’est Râmânûja. L’enseignement intègre asana et prânâyâma afin que s’installe spontanément l’expérience de l’Assise méditative, prélude à la Joie de l’Être...

*“ Aussi incessamment qu’une coulée d’huile, fixe sur Moi ton esprit :
Je suis le Seigneur des Seigneurs, la Suprême Personne.
J’ai la majesté d’un sombre nuage de pluie, la splendeur de mille soleils.
Je suis un océan illimité de pardon, de beauté,
de douceur, de profondeur, de générosité, d’amour ...”*

Râmânûja

*La formation du CNY est diplômante, agréée par la Fédération de Yoga FYLE.
Elle comprend, pour l’année, l’ensemble des week-ends, un séminaire résidentiel
ainsi que les cours de yoga hebdomadaires en présentiel ou par zoom.*

Tarif année de formation : 160 heures de cours dans l’année: 2720 €

Dans le cas d’une prise en charge par un organisme de formation = 3520 €

Cotisation annuelle à la Fédération de Yoga FYLE de 20 euros à l’ordre de FYLE.

Pour tous renseignements:

Téléphone : 06 03 18 04 80

Courriel : contact@collegetyoga.fr - Site Web : collegetyoga.fr

**Le CNY est reconnu Organisme de Formation et possède un N° d’activité délivré par la
Direction Régionale du Travail et de la Formation Professionnelle.**

5- TARIFS ET FINANCEMENT 2025-2026

Les tarifs sont inchangés.

Le coût de l'enseignement pour l'année 2025-2026 (160 heures dans l'année) s'élève à :

- Inscription : 2720 euros, payables par mois ou par trimestre ou en une fois
- Inscription en cas d'une prise en charge par un organisme de formation : 3520 euros.

Auquel s'ajoute l'inscription en tant que stagiaire à la Fédération de Yoga FYLE : 20 euros pour l'adhésion par chèque à l'ordre de FYLE.

Paiement de la formation : Il est à effectuer soit par :

- Virement : 1 virement de la totalité du coût de la formation à l'ordre du CNY avant le 5/10/2025.
- Chèque : 1, 3 ou 10 chèques à l'ordre du CNY, tous remis avec le dossier d'inscription.

Les chèques seront encaissés par le CNY aux dates suivantes :

Nombre de chèques	Dates d'encaissement
1	5/10/2025
3	5/10/2025, 5/01/2026, 5/04/2026
10	Tous les 5 de chaque mois du 5/10/2025 au 5/07/2026 inclus

6- DOSSIER D'INSCRIPTION

Prérequis :

1. Pour vous inscrire à la formation d'enseignant de yoga du CNY, il faut être majeur et pratiquer le yoga régulièrement depuis au moins deux ans avec un ou plusieurs enseignants de yoga, sauf dérogation exceptionnelle de la directrice pédagogique.
2. Un entretien individuel avec Evelyne SANIER-TORRE directrice pédagogique du CNY, vous permet de poser toutes les questions que vous désirez à propos de la formation, de parler de votre pratique et de votre motivation pour la formation du CNY. Cet entretien pourra avoir lieu en présentiel ou en ligne via Zoom ; le livret d'accueil vous sera remis lors de cet entretien.
3. Avant de constituer votre dossier d'inscription, nous vous demandons de participer à un week-end de formation de 2 jours ou à un séminaire résidentiel de 5 jours.

Le dossier d'inscription est constitué des pièces suivantes :

- la fiche de renseignements et d'inscription en 1ère année complétée et signée (voir ci-après) ;
- une lettre détaillant votre motivation ;
- la photocopie de votre carte d'identité ;
- le parrainage de votre enseignant de yoga (facultatif) ;
- un certificat médical de compatibilité de l'état de santé avec la pratique du yoga ;
- la fiche des choix cursus et paiement pour l'année 2025-2026 complétée et signée (voir ci-après) ;
- Le(s) chèque(s) de règlement de l'année de formation 2025-2026 ;
- le chèque d'adhésion à la fédération FYLE, pour soutenir FYLE et lui permettre d'agir de manière concrète pour promouvoir l'Esprit du Yoga, pour bénéficier de tarifs préférentiels lors des événements organisés par FYLE et pour souscrire à un tarif préférentiel une assurance Responsabilité Civile Professionnelle si vous désirez enseigner pendant la 3ème ou 4ème année de formation.

Votre dossier d'inscription sera examiné par la direction du CNY qui prendra la décision de votre admission en 1ère année et vous répondra dans les dix jours par courriel ou lors d'un entretien téléphonique.

Votre délai d'accès à la formation est d'un minimum d'un mois.

7- ANNEXES : FORMULAIRES

- FICHE D'INSCRIPTION en 1ère année (2 pages)
- INSCRIPTION -- CHOIX CURSUS & PAIEMENT Année 2025-2026

Mention légale RGPD :

Les données personnelles des formulaires permettent de répondre au mieux à votre sollicitation et éventuellement de procéder à votre inscription, ce qui ne sera pas possible si vous ne remplissez pas tous les champs. Ces données ne sont utilisées que par la direction du CNY et ne seront transmises en aucun cas à un tiers. Vous pouvez exercer vos droits de consultation, de rectification, de portabilité et de suppression en le demandant au CNY. Ces données sont traitées et hébergées à Ermont (France).



FICHE D'INSCRIPTION en 1ère année (page 1/2)

NOM : _____ PRENOM : _____

ADRESSE : _____

CODE POSTAL : _____ VILLE : _____

DATE DE NAISSANCE : _____ TELEPHONE MOBILE : _____

E-Mail : _____

NIVEAU d'ETUDE : _____ PROFESSION : _____

DEPUIS QUAND PRATIQUEZ-VOUS LE YOGA ?

NOM DES ENSEIGNEMENTS DE YOGA SUIVIS DU NOM DE VOS ENSEIGNANTS :

Joindre la lettre de parrainage de votre enseignant de yoga (Facultatif)

.../...



FICHE D'INSCRIPTION en 1ère année (page 2/2)

MOTIVATION - POURQUOI SOUHAITEZ-VOUS SUIVRE CETTE FORMATION ?

Ou joindre votre lettre de motivation

COMMENT AVEZ-VOUS CONNU LE CNY ?

(Site internet, Facebook, Lettre d'information, Salon, Pub, Article de presse, Fédération, Elève CNY, ...)

Merci pour la précision de votre réponse.

Merci de joindre la photocopie de votre carte d'identité

Date : _____

Signature : _____



INSCRIPTION -- CHOIX CURSUS & PAIEMENT Année 2025-2026

INFORMATIONS PERSONNELLES

NOM : _____ PRENOM : _____

ADRESSE : _____

CODE POSTAL : _____ VILLE : _____

TELEPHONE MOBILE : _____

E-Mail : _____

ANNEE DE FORMATION (1ère, 2ème, 3ème ou 4ème) : _____

CHOIX DU CURSUS DE FORMATION (Cochez votre choix) :

- Les séminaires weekends, 1 séminaire résidentiel et les cours hebdomadaires en présentiel
- Les séminaires weekends, 1 séminaire résidentiel et les cours hebdomadaires en ligne via Zoom

CHOIX DU PAIEMENT (Cochez vos choix) :

- Ma formation est prise en charge au titre de la formation professionnelle par l'organisme : _____
 - Prise en charge totale
 - Prise en charge partielle d'un montant de _____ euros
- Je choisis de régler la somme de _____ euros
 - Je joins _____ chèque(s) chacun d'un montant de _____ euros à l'ordre du CNY
 - Je ferai un virement le 5/10/2025

CHEQUE OBLIGATOIRE ADHESION FEDERATION FYLE :

- Et je joins un chèque de 20 euros à l'ordre de FYLE

ASSURANCE RESPONSABILITE CIVILE PROFESSIONNELLE (Cochez vos choix) :

- Je suis en 3ème ou 4ème année et adhèrent FYLE à jour de ma cotisation 2025-2026 , le CNY m'offre la possibilité de souscrire une assurance Responsabilité Civile Professionnelle (indispensable pour enseigner) à un tarif préférentiel auprès de l'agence AXA Zadok
- J'ai déjà une RC Pro
- Je souscris une RC Pro auprès de l'agence AXA Zadok, je joins la copie de la souscription d'assurance.
- Je renouvelle ma RC Pro auprès de l'agence AXA Zadok

IMPORTANT : Votre inscription sera validée lorsque la présente fiche sera complète et accompagnée de la totalité de votre règlement. Toute année commencée est due hors maladie grave justifiée par un certificat médical conformément aux conditions tarifaires chapitre III des Conditions Générales du CNY.

Souhaitez-vous un reçu comptable ? _____ Date : _____

Votre SIGNATURE précédée de la mention manuscrite "***J'ai lu et j'accepte les Conditions Générales du CNY et le Règlement Intérieur du CNY***" :