



Cours en présentiel — Ermont

3, allée de la Marne — 95120 Ermont | 06 03 18 04 80 | evelyne.sanier-torre@collegeyoga.fr

Jour	Horaire	Dates (sept. - déc. 2026)
Jeudi	19h - 20h	24 sept. · 1, 8, 15 oct. · 5, 12, 19, 26 nov. · 3, 10, 17 déc.
Vendredi	10h - 11h	25 sept. · 2, 9, 16 oct. · 6, 13, 20, 27 nov. · 4, 11, 18 déc.
Vendredi	17h30 - 18h30	25 sept. · 2, 9, 16 oct. · 6, 13, 20, 27 nov. · 4, 11 déc.
Samedi	10h - 11h	26 sept. · 3, 10, 17 oct. · 7, 14, 21 (9h30-11h30), 28 nov. · 5, 12 déc.

Vendredi 17h30 : une séance de remplacement est prévue le jeudi à 19h.

11 cours = 210 € (espèces, chèque ou virement)

Apportez votre tapis. Certificat médical à fournir (FYLE).

Cours manqué en présentiel ? Récupérable via une séance Zoom.

Cours via Zoom

Jour	Horaire	Dates (sept. - déc. 2026)
Lundi	19h	14, 21, 28 sept. · 5, 12, 19 oct. · 2, 9, 16, 23, 30 nov. · 7, 14 déc.
Mercredi	9h	16, 23, 30 sept. · 7, 14, 21 oct. · 4, 18, 25 nov. · 2, 9, 16 déc.
Jeudi	19h	24 sept. · 1, 8, 15 oct. · 5, 12, 19, 26 nov. · 3, 10 déc.
Vendredi	10h et 17h30	25 sept. · 2, 9, 16 oct. · 6, 13, 20, 27 nov. · 4, 11 déc.

Cours d'essai gratuit — **195 €** le trimestre, cours illimités jusqu'au 16 décembre

Au cours : **15 €** la séance d'1h — **30 €** la séance de 2h

Les liens Zoom sont récurrents : vous choisissez librement vos créneaux selon votre emploi du temps.



9, 10 et 11 octobre 2026

Yoga, souffle du geste

En présentiel. Ouvert à tous. Intervenants : Evelyne Sanier-Torre, Jacques Scheuer, Alain Plaignaud

Lieu : Centre Assise — 29 rue Robert Guesnier — 95420 Saint-Gervais

Du vendredi 17h30 au dimanche 17h (programme complet disponible séparément)

14 et 15 novembre 2026

Au cœur des yoga sutra

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenante : Evelyne Sanier-Torre — Lieu : 3, allée de la Marne, Ermont

Samedi : 14h-18h — Yoga-sutra, lumière de la pratique | Dimanche : 9h30-12h30 Hatha Yoga, 14h-17h Atelier et pédagogie

5 et 6 décembre 2026

Yoga et corps. Quand la sagesse s'incarne...

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenante : Evelyne Sanier-Torre — Lieu : 3, allée de la Marne, Ermont

Samedi : 14h-18h — Corps et yoga | Dimanche : 9h30-12h30 Hatha Yoga, 14h-17h Atelier et pédagogie

16 et 17 janvier 2027

« Yoga, une invitation à la contemplation »

Séminaire ouvert à tous. En présentiel ou via Zoom. Intervenante : Evelyne Sanier-Torre — Lieu : 3, allée de la Marne, Ermont

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

Séminaire sur la Bhakti : pratique, méditation et contemplation, en lien avec la Bhagavad Gîtâ et les exercices spirituels de Saint Ignace.

6 et 7 mars 2027

Yoga, jaillissement de l'être

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenante : Evelyne Sanier-Torre — Lieu : 3, allée de la Marne, Ermont

Samedi : 14h-18h — Chemin d'éveil, étude des Yoga Sutra | Dimanche : 9h30-12h30 Hatha Yoga, 14h-17h Atelier et pédagogie

24 et 25 avril 2027

Yoga et souffle de vie

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenante : Evelyne Sanier-Torre — Lieu : 3, allée de la Marne, Ermont

Samedi : 14h-18h — Pranayama et gestion du stress | Dimanche : 9h30-12h30 Hatha Yoga, 14h-17h Atelier et pédagogie adaptée

22 et 23 mai 2026 (date à confirmer — reprise telle qu'indiquée par le CNY)

Yoga au cœur de la pratique, la pratique du cœur...

En présentiel ou via Zoom. Ouvert à tous. Intervenante : Evelyne Sanier-Torre — Lieu : 3, allée de la Marne, Ermont

Samedi : 14h-18h Hatha Yoga et yoga sutra, 18h30 remise des diplômes et soirée conviviale | Dimanche : 10h-12h30 et 14h-17h

Séminaire résidentiel — ouvert à tous

Du lundi 26 juillet (15h) au vendredi 30 juillet (17h) 2027

« Yoga, joie de l'Être... » — à l'Arche de Saint Antoine

Séminaire animé par E. Sanier-Torre et Jacques Scheuer.

À travers des cours donnés par Jacques et des pratiques de yoga guidées par Evelyne, cheminement sur les sentiers de la vie spirituelle et exploration de la joie qui l'accompagne. L'enseignement intègre asana et prânâyâma pour installer spontanément l'expérience de l'Assise méditative, prélude à la Joie de l'Être...

« De la joie naissent tous les êtres, par la joie ils sont soutenus, vers la joie ils progressent, et dans la joie ils entrent. » — Rabindranath Tagore

Tarifs de la formation

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.

Année complète

160 heures de cours : 2 720 €

Un week-end

10 heures de cours : 200 €

Samedi après-midi + dimanche matin

7 heures de cours : 140 €

Les week-ends et le séminaire résidentiel sont ouverts à toute personne désireuse d'approfondir sa pratique du yoga.

☎ 06 03 18 04 80

✉ contact@collegeyoga.fr

🌐 collegeyoga.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.