

# YOGA EDYN POST FORMATION CURSUS 2 2026 / 2027



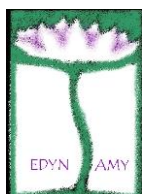
## Les POSTURES de la HATHA YOGA PRADÎPIKÂ

**Elisabeth REMY**

Formatrice IFY-UEY

**Christine GRANJON**

Professeur de yoga IFY, pédagogue du  
mouvement **méthode Franklin.**



Ce CYCLE propose d'explorer certaines postures présentées dans le premier chapitre de la Hatha Yoga Pradîpikâ, célèbre traité technique: Pratiques, ateliers d'observation et théorie.

L'étude sera enrichie par l'approche de la méthode Franklin basée sur le mouvement fonctionnel, les ressentis, la visualisation anatomique et métaphorique.

### ORGANISATION

1 VISIO de 2 heures

08/10/26 - 18h45/20h45

Introduction HYP et début de l'étude

2 WEEK-END

Paris : 07/08 novembre 2026

**FORCE ET MOBILITÉ pour un bassin ancré**

Lisieux ou Caen : 01 et 02 mai 2027

**SOUPLESSE du haut du corps  
pour des mouvements déliés  
et un cœur heureux**

### TARIFS

Enseignement Coursus 2 : 280 €

Possibilité de suivre en parallèle la Post formation Coursus 1 (Yogasûtra III<sup>ème</sup> chapitre), tarif préférentiel :

**Coursus 1 et 2 : 450 €**

Le règlement se fait en deux versements :  
Acompte 120 € à l'inscription non remboursable  
après le 01 octobre 2026,

Le solde lors du premier week-end  
+ adhésion Institut Français de Yoga

Hébergement : voir avec Elisabeth.

### BULLETIN D'INSCRIPTION EDYN ELISABETH REMY

18 Hameau Baudretot 50690  
VIRANDEVILLE 02 33 04 13 72

[Babette.remy@free.fr](mailto:Babette.remy@free.fr)

NOM :

PRENOM :

Adresse :

Téléphone portable :

Mail :

Diplôme obtenu en ... Formation suivie avec :

Actuellement, je n'enseigne pas / j'enseigne le yoga  
(préciser les modalités) :

J'adhère à l'Association régionale IFY de  
Sinon je joins un chèque de 16 € adressé à IFY EN

Je joins l'acompte de 120 € à l'ordre d'E. REMY

Je souhaite un reçu à l'ordre de

M'inscris à la POST FORMATION :

( ) **CURSUS 2** 280 €

HYP / Anatomie Classe FRANKLIN

( ) **CURSUS 2 + 1** 450 €

HYP / Anatomie + YS III<sup>ème</sup> chapitre

Je réglerai donc :

Signature :