



ACADEMIE DE SOPHROLOGIE

ORGANISME DE FORMATION EN SOPHROLOGIE

ECOLE PATRICK-ANDRE CHENE

DIRECTRICE CHANTAL TORTOCHOT-CHENE

20 Rue Henri Bocquillon 75015 Paris - Tél. 01 45 57 27 20

courrier@academie-sophrologie.fr - www.academie-sophrologie.fr

CALENDRIER YOGA

12 Jours de Formation – Groupe jeudi (Y1) – Version de juillet 2026

84 heures de formation - 12j à 8h/j

Répartition des heures :

- 182 heures de formations au total
- 30 heures de pratique dans un studio ou en association
- 12 jours en présentiel soit un total de 84h de cours en présentiel
- 68 heures de travail personnel avec plateforme e-learning

	JOURS		DATES	MODULES/ COURS
	1	Lundi	12 octobre 2026	Module 1
OU				
	1	Lundi	19 octobre 2026	Module 1
SUITE				
	2	Lundi	2 novembre 2026	Module 2
	3	Lundi	16 novembre 2026	Module 3
	4	Lundi	30 novembre 2026	Module 4
	5	Lundi	14 décembre 2026	Module 5
	6	Lundi	4 janvier 2027	Module 6
	7	Lundi	18 janvier 2027	Module 7
	8	Lundi	1 février 2027	Module 8
	9	Lundi	22 février 2027	Module 9
	10	Lundi	1 mars 2027	Module 10
	11	Lundi	15 mars 2027	Révisions
	12	Lundi	22 mars 2027	Passage examen