

Formation en yoga nidra Paris 11° décembre 2025

Ecole de Yoga Mathieu

☎ 02 99 43 17 90

📱 06 65 27 55 74

ecoleym@orange.fr

www.ecoledeyogamathieu.fr

Formation non résidentielle de Professeur de Yoga Nidra à Paris avec Mathieu

**Apprendre, comprendre, créer et transmettre.
Formation complète, dense et essentielle.**

Le yoga nidra traditionnel est une pratique d'intériorisation consistant à endormir certains aspects de soi afin de s'éveiller. Il nous ouvre la porte vers *turiya* l'essentiel.

Dates : du vendredi 26 décembre à 12h au mardi 30 décembre 2025 à 17h
(5 jours 35 heures)

Horaires : 12h à 19h (le dernier jour 10h à 17h)

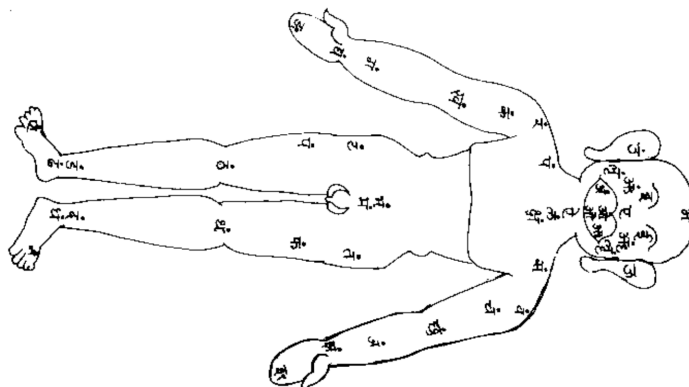
Le lieu : La Maison du Yoga 68 rue de la Folie-Méricourt 75011 Paris au fond de la cour à droite
(métro Oberkampf, Parmentier, République).

À qui s'adresse la formation ?

Cette formation est conçue pour les professeurs de yoga, et futurs professeurs, désirant enseigner le yoga nidra.

Mathieu se contente d'un prénom, enseigne le yoga et le yoga nidra depuis 1972. Il a formé plus de 300 professeurs de yoga. Il est l'auteur des livres « Dormir pour s'éveiller : le yoga nidra traditionnel » et « Barbare en Yoga »

Nombre de participants : 15



Signature : date