



CONTRAT DE FORMATION

Formation certifiante de 200 h
de professeur de Yoga avec
Charlotte Sigwalt.

Le présent contrat est conclu en application des dispositions
des articles L 6353-3 à L 6353-7 du code du travail.

Entre les soussignés :

Charlotte Sigwalt

Professeur de Yoga

Chemin de la Perrière

73 460 Sainte Hélène sur Isère

Numero SIRET : 532 841 772 00017

Et

[Bénéficiaire, Nom et prénom, Profession]

[Adresse]

Ci-après désigné « l'élève ».

ARTICLE 1 - OBJET ET MODALITÉ DE LA FORMATION

En exécution du présent contrat, Charlotte Sigwalt s'engage à organiser l'action de formation intitulée :

« FORMATION DE PROFESSEUR DE YOGA ».

NATURE DE L'ACTION DE FORMATION

La formation a pour objet :

- ✦ Acquisition, entretien et perfectionnement des connaissances
- ✦ Perfectionnement de la pratique
- ✦ Acquisition d'outils pédagogiques
- ✦ Transmission des connaissances



Nota : Il n'est pas nécessaire d'avoir 'envie' d'enseigner ou de transmettre au commencement de la formation. Il est possible de s'engager dans cette formation pour une exploration personnelle.

→ L'élève motivé par cette quête personnelle uniquement, s'engage cependant à suivre les pré-requis et les conditions d'étude et de travail sous réserve de l'obtention de son diplôme de professeur de Yoga.

OBJECTIF DE LA FORMATION

Former des enseignants de Yoga qualifiés, indépendants et autonomes.

PRÉ-REQUIS NÉCESSAIRES

L'élève pratique déjà le Yoga de façon régulière depuis au moins 2 ans et a un ardent désir d'apprendre et d'approfondir une expérience vivante de la pratique du Yoga sur le tapis et dans la vie courante.

L'élève s'engage à lire les livres pré-requis à la formation, voir Annexe 2.

EFFECTIFS CONCERNÉS PAR LA FORMATION

Cette formation est ouverte à 16 élèves au maximum.

DURÉE

200 heures de formation au total réparties sur une durée de 20 mois, du printemps 2019 à l'automne 2020.

- 180 heures en présentiel lors de 12 weekends en groupe
- 20 heures de travail en autonomie chez soi

200 h
de formation

**180 h de travail
en présentiel**

**20 h de travail
en autonomie**

DATES DE FORMATION

12 weekends répartis sur 20 mois

- 13-14 avril 2019
- 11-12 mai 2019
- 14-15 sept 2019
- 12-13 oct 2019
- 23-24 nov 2019
- 1-2 février 2020
- 14-15 mars 2020
- 4-5 avril 2020
- 6-7 juin 2020
- 26-27 sept 2020
- 10-11 oct 2020
- 21-22 nov 2020

HORAIRES

Samedi : 9h - 18h30

Dimanche : 7h - 16h

LIEU DE LA FORMATION

A proximité d'Albertville en Savoie, France.

Salle de la Maison des Associations

Place de l'église

73 460 Verrens Arvey

PROGRAMME

La formation abordera les point suivants sur une double base de :

- Pratique personnelle
- Transmission des savoirs

Techniques des postures, respiration, méditation

Anatomie et physiologie appliquées

Histoire et philosophie du Yoga

Mode de vie et éthique personnelle du professeur

Méthodes d'enseignements et de séquençage

Mise en situation d'enseignement, observation, ajustements



Pour le programme détaillé, voir Annexe 1

FORMATION DISPENSÉE PAR :

Charlotte Sigwalt

Professeur de Yoga diplômée :

- ✦ 200h / Sivananda en 2008
- ✦ 300h / Prana Flow de 2012 à 2017
- ✦ 100h / Yin Yoga en 2015
- ✦ 500h / Vini Yoga de 2013 à 2017

MODALITÉS DE DÉROULEMENT

12 weekends de formation en présentiel en salle.

Pratiques de Yoga sur tapis guidées par une professeur certifiée.

Cours théoriques suivant le programme (anatomie, étude des textes sacrés, philosophie, études des postures ...) présentés à l'oral avec éventuel support visuel sur tableau paperboard.

Un support pédagogique papier sera distribué aux élèves au fur et à mesure des chapitres abordés.

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

L'élève assiste à la formation avec son propre matériel :

- Tapis de Yoga
- Coussin d'assise de type Zafu
- Couverture
- 2 briques en liège
- Sangle de Yoga
- Matériel de prise de note

TRAVAIL À LA MAISON

Ce travail est à effectuer sous forme de lectures, de contenus en ligne, de méditations, de rituels, de pratiques en autonomie.



PRATIQUE PERSONNELLE

Une pratique continue est requise pendant toute la durée de la formation. L'élève s'engage à :

- ✦ suivre des cours guidés par un professeur qualifié de son choix à une fréquence hebdomadaire.
- ✦ soutenir sa pratique personnelle en autonomie chez soi.

DIPLÔME

A l'issue de la formation, un diplôme de

« Professeur de Yoga 200 h »

sera délivré à l'élève qui aura validé les points ci-dessous :

MODALITÉ D'OBTENTION DU DIPLOME

CONTRÔLE CONTINU

L'élève sera amené à créer et à enseigner tout ou partie d'un cours au reste du groupe.

EXAMEN FINAL

Un examen écrit sous forme de QCM et de questions ouvertes sanctionnera la qualité des connaissances au courant du dernier weekend de formation.

MÉMOIRE PERSONNEL

Un travail personnel est à rendre au formateur à l'issue de l'avant dernier weekend du cursus, c'est à dire le 10 octobre 2020.

Ce travail peut prendre diverses formes, telles que : l'écriture d'un mémoire sur un sujet choisi, la création d'une oeuvre artistique, l'écriture d'un poème, une composition musicale, ou toute oeuvre créative en rapport immédiat avec le thème du Yoga.

ABSENCE

L'élève a droit à deux absences (2 weekends sur 12). Au delà, l'élève ne pourra pas prétendre à l'obtention de son diplôme.

Des séances de rattrapage seront à prévoir.

Pour les conditions financières de rattrapage, voir article 4.

REPAS PARTAGÉS

La pause dure UNE heure.

La salle de formation se situe dans un village sans commerces. Il n'est pas envisageable d'aller s'acheter à manger lors des pauses déjeuner.

La coutume veut que chaque élève apporte un plat à partager dans la tradition du 'pot-luck' canadien.

La proposition du Yoga est d'honorer une alimentation végétarienne (sans viande ni poisson).



Nota : Il n'est pas demandé aux élèves de devenir végétariens pour suivre cette formation.

L'expérience proposée est de suivre un régime végétarien et sans alcool, lors de nos rencontres.

ARTICLE 2 - COUVERTURE ACCIDENT

L'élève souscrira, si besoin est, à un régime d'assurance pour le couvrir contre le risque d'accident lors des séquences de formation et lors des trajets résidence/lieu de formation.

ARTICLE 3 - DÉLAI DE RÉTRACTATION

A compter de la signature du présent contrat, l'élève a un délai de dix jours pour se rétracter. Il en informe Charlotte Sigwalt par lettre recommandée avec accusé de réception.

Dans ce cas, aucune somme ne peut être exigée de l'élève avant la fin de ce délai de rétractation.

ARTICLE 4 - PRIX ET MODALITÉ DE RÈGLEMENT

PAIEMENT COMPTANT : 2 600 €

Le prix de l'action de formation est fixé à 2600 euros, si la somme est payée en totalité AVANT le début du cursus.

Les modalités de paiement de la somme de 2600 euros incombant à l'élève sont les suivantes :

- Après le délai de rétractation mentionné à l'article 3 du présent contrat, l'élève effectue un premier versement d'un montant de 700 euros.

Le paiement du solde, à la charge de l'élève, est dû au 13 avril 2019.

PAIEMENT EN 3 FOIS : 2 700 €

Les modalités de paiement de la somme de 2700 euros incombant à l'élève sont les suivantes :

- Après le délai de rétractation mentionné à l'article 3 du présent contrat, l'élève effectue un premier versement d'un montant de 800 euros.
- Le paiement du solde, à la charge de l'élève, est échelonné au fur et à mesure du déroulement de l'action de formation, selon le calendrier ci-dessous :



- 950 euros le 23 novembre 2019
- 950 euros le 4 avril 2020

PAIEMENT EN 6 FOIS : 2 880 €

Les modalités de paiement de la somme de 2880 euros incombant à l'élève sont les suivantes :

- Après le délai de rétractation mentionné à l'article 3 du présent contrat, l'élève effectue un premier versement d'un montant de 480 euros.
- Le paiement du solde, à la charge de l'élève, est échelonné au fur et à mesure du déroulement de l'action de formation, selon le calendrier ci-dessous :

- 480 euros le 14 sept 2019
- 480 euros le 23 nov 2019
- 480 euros le 14 mars 2020
- 480 euros le 6 juin 2020
- 480 euros le 19 oct 2020



PAIEMENT EN 12 FOIS : 3 000 €

Les modalités de paiement de la somme de 3000 euros incombant à l'élève sont les suivantes :

- Après le délai de rétractation mentionné à l'article 3 du présent contrat, l'élève effectue un premier versement d'un montant de 250 euros.
 - Le paiement du solde, à la charge de l'élève, est échelonné au fur et à mesure du déroulement de l'action de formation, c'est à dire 250 € à chaque rencontres, selon le calendrier exact des week-ends de formation.
- 12 fois 250 €

SESSION DE RATTRAPAGE : 120 €

Au delà de 2 weekends manqués, l'élève DOIT effectuer une session de rattrapage, sans laquelle il ne pourra se présenter à l'examen final.

La session de rattrapage est à programmer avec le professeur en fonction des disponibilités des deux parties.

Durée : 3 heures

Tarif : 120 €

DONNÉES TECHNIQUES

Le paiement de la formation s'effectue selon l'une des modalités suivantes :

Virement bancaire (coordonnées bancaires) : voir Annexe 3

Mandat Sepa :

ARTICLE 5 – INTERRUPTION DE STAGE

CAS DE FORCE MAJEURE

(maladie, hospitalisation, décès)

Si l'élève ne peut suivre la formation en cas de force majeure dûment reconnue, le présent contrat de formation professionnelle est résilié. Seules sont dues les prestations effectivement dispensées, au prorata temporis de leur valeur prévue au présent contrat (voir montant du prix fixé à l'art. 4).

AUTRE

En cas de cessation anticipée de la formation du fait de Charlotte Sigwalt, un remboursement sera effectué au prorata temporis de la valeur des prestations non effectuées.

En cas d'interruption de la formation de la part de l'élève, aucun remboursement ne sera effectué.

Le présent contrat engage l'élève à suivre le cursus dans sa totalité.



ARTICLE 6 – COMPORTEMENT APPROPRIÉ

En cas de comportement et/ou de pratiques non-conformes à la législation en vigueur, en cas de mauvaise conduite (insultes, menaces, manque de respect, dénigrement, violence, harcèlement) envers les formateurs ou/ et les participants de la prestation, Charlotte Sigwalt se réserve le droit de procéder au renvoi immédiat du participant.

Ce renvoi sera officialisé par lettre recommandée avec accusé de réception.

Les frais occasionnés par ce renvoi et annexes à la prestation sont à la charge du participant ou de son tuteur légal.

Un éventuel renvoi ne donnera droit à aucun remboursement ni indemnité.



ARTICLE 7 - RÈGLEMENT DES LITIGES

Si une contestation ou un différend n'ont pu être réglés à l'amiable, le tribunal de commerce d'Albertville sera seul compétent pour régler le litige.

ARTICLE 8 - CONDITIONS D'ADMISSION RÈGLEMENT DES LITIGES

Pour être accepté dans cette formation vous devez respecter les conditions d'admission suivantes :

- Être âgé de 18 ans ou plus ou avoir une autorisation écrite du tuteur légal
- Avoir pris connaissance de tous les détails du programme et du contrat de formation
- Être exempt de problème médical grave où la pratique du Yoga serait contre-indiquée.
- Avoir une pratique de Yoga personnelle continue et assidue
- Être dans un désir d'apprendre

- Savoir lire, écrire et parler le français couramment
- Etre en mesure de s'abstenir de drogues et d'alcool en cours de programme
- Complétez et signez le bulletin d'inscription en bonne et due forme

ARTICLE 9 - DROIT D'AUTEUR ET CONFIDENTIALITÉ

L'élève s'interdit de reproduire, de transmettre de façon écrite, audio, électronique ou visuelle, à toute personne n'ayant pas pris part à la formation, à titre gratuit ou onéreux, tout ou partie des supports de formation qui lui ont été remis, sans avoir préalablement obtenu l'autorisation écrite de Charlotte Sigwalt.

ARTICLE 10 - PROGRAMME ET FORMATEURS

Le programme de formation est donné à titre indicatif et est susceptible d'évoluer.

Des enseignants extérieurs peuvent être amenés à dispenser certains modules.

Les éventuelles modifications de programmes ou de formateurs ne donneront droit à aucun remboursement ni indemnité.

Contrat de formation fait en double exemplaires

à, le/...../.....

L'élève,

Charlotte Sigwalt,



N'imprimez que la dernière page et précédez votre signature de la mention « Lu et approuvé, bon pour accord pour les 11 pages du contrat ».