

Enseigner la pratique du yoga

RS7446 · RS · Publiée

L'essentiel

Code(s) NSF	333, 333t
Formacode(s)	15436, 15450
Type d'enregistrement	Enregistrement sur demande
Date d'enregistrement	18/12/2025
Date d'échéance	18/12/2028

Certificateur(s)

CALM · SIRET : 92225107900013

Résumé de la certification

OBJECTIFS ET CONTEXTE

Ce projet de certification s'inscrit dans une démarche de structuration d'une pratique aujourd'hui largement exercée sur le terrain, mais encore peu encadrée ou reconnue. Il répond à un double enjeu : d'une part, permettre aux professionnels concernés de faire valoir des compétences acquises dans un contexte souvent empirique ; d'autre part, garantir un niveau homogène de qualification et de sécurisation des pratiques auprès des bénéficiaires finaux.

La certification vise à doter des professionnels du sport et du bien-être de compétences complémentaires leur permettant d'intégrer l'enseignement du yoga dans leur pratique, selon une démarche pédagogique rigoureuse, structurée et adaptée aux publics. Elle répond à la nécessité de sécuriser une pratique largement diffusée.

En formalisant les savoir-faire liés à la préparation, à l'animation et à l'adaptation de séances de yoga, la certification contribue à harmoniser les niveaux de compétence dans un secteur marqué par la diversité des approches et l'absence de référentiel partagé. Elle s'adresse à des professionnels déjà en exercice dans leur domaine — notamment les éducateurs sportifs, coaches, praticiens en relaxation, sophrologues ou accompagnants corporels — pour lesquels l'intégration des techniques du yoga constitue un complément opérationnel à leurs pratiques habituelles.

Cette logique de transversalité permet de renforcer la qualité de leur intervention auprès de leurs publics, sans modification de leur périmètre d'activité ni changement de filière professionnelle. En ce sens, la certification ne vise en aucun cas une réorientation ou une substitution professionnelle, mais bien l'enrichissement de compétences existantes, directement mobilisables dans leur champ d'action actuel.

La certification vise à structurer la transmission du yoga comme compétence complémentaire mobilisable dans les secteurs du sport, de l'accompagnement corporel ou des pratiques contribuant au mieux-être des publics. Elle permet aux professionnels concernés d'intégrer, dans leur pratique existante, des séances de yoga construites selon une logique pédagogique claire, accessible et sécurisée.

Les activités visées relèvent de la conception, de l'animation et de l'adaptation de séances de yoga postural, respiratoire et méditatif, à destination de publics autonomes, dans des contextes non thérapeutiques. Elles s'exercent notamment au sein de structures telles que des studios de yoga, des salles de sport, des espaces d'accompagnement corporel, des associations, ou sous forme de cours individuels s'inscrivant dans leur pratique professionnelle existante.

COMPÉTENCES ATTESTÉES

Le projet de certification s'appuie sur quatre compétences principales :

Préparer une séance de Yoga individuelle ou collective en tenant compte des différents publics, de leurs niveaux, de leurs attentes et de leurs capacités, afin de proposer un enseignement qualitatif et adapté, facilitant l'atteinte des objectifs de chacun.

Mobiliser les fondamentaux techniques du Yoga incluant postures, souffle et méditation, en combinant démonstrations

gestuelles et explications verbales, afin de soutenir une transmission pédagogique claire et adaptée aux publics accompagnés, y compris en situation de handicap.

Animer une séance de Yoga séquencée en considérant les spécificités de chacun et en veillant à la sécurité de tous, pour accompagner les participants et ajuster leur pratique de mise en œuvre des techniques et postures Vinyasa, Ashtanga ou Hathta.

Adapter la séance de Yoga selon les publics, les freins rencontrés par les participants et/ou d'éventuelles pathologies ou handicap, afin de rendre la pratique accessible pour tous.

Voies d'accès

MODALITÉS D'ACCÈS

Formation continue

PRÉREQUIS À L'ENTRÉE EN FORMATION

Prérequis d'accès à la formation :

comprendre, lire et écrire le français (niveau B1 du CECRL)

avoir une pratique régulière du Yoga (hebdomadaire) depuis plus d'un an

être issu du secteur du sport (danse, fitness, gymnastique, etc.) ou du coaching / bien-être (accompagnant corporel, sophrologue, etc.) diplômé et/ou avec plus d'un an d'expérience.

PRÉREQUIS À LA VALIDATION

Prérequis d'accès et de validation des épreuves certificatives :

avoir suivi l'intégralité du parcours de formation (les cours manqués doivent être rattrapés)

avoir réalisé tous les devoirs et évaluations en cours de formation.

avoir observé 10 cours au sein du studio Calm Yoga.

avoir suivi 2 cours de Yoga par semaine au sein du studio Calm Yoga ou dans une autre école pendant toute la durée de la formation.

COMPOSITION DU JURY — FORMATION CONTINUE

Le jury de certification est composé de 2 membres extérieurs à l'organisme, professionnels de l'enseignement du Yoga (indépendant ou salarié) en activité depuis 1 an ou plus, sans lien personnel ou professionnel avec le candidat.

Base légale

Date de décision	18/12/2025
Durée de l'enregistrement	3 ans
Date d'échéance de l'enregistrement	18/12/2028
Date de dernière délivrance possible	17/06/2029

Pour plus d'informations

LIEN VERS LE DESCRIPTIF

https://calmyoga.fr/yoga_and_more/certification-enseigner-le-yoga/

Fiche officielle (France Compétences)

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rs/7446/>