

Enseigner le yoga

RS7518 · RS · Publiée

L'essentiel

Code(s) NSF	333
Formacode(s)	15436, 15450
Type d'enregistrement	Enregistrement sur demande
Date d'enregistrement	27/02/2026
Date d'échéance	27/02/2029

Certificateur(s)

UNIYOGA · SIRET : 88786622600020

UNIYOGA · SIRET : 88786622600012

Partenaires habilités

1 organisme habilité, d'après la liste publiée par France compétences : 1 à former et organiser l'évaluation.

Organisme	SIRET	Habilitation
ACADEMIE DE YOGA TRADITIONEL	41888877200013	Former et organiser l'évaluation

Résumé de la certification

OBJECTIFS ET CONTEXTE

Dans un contexte de marché du yoga en plein développement, la certification « Enseigner et transmettre le yoga » permet aux professionnels des secteurs du sport (coachs, animateurs sportifs, professeurs de fitness, de Pilâtes...), de l'aide à la personne, de l'enseignement et de la santé (sages-femmes, aides-soignantes, kinésithérapeutes, infirmières...) de compléter, enrichir et valoriser leur expertise. Elle leur apporte une maîtrise approfondie des outils et principes du yoga (postures, respirations, etc)

afin de concevoir et animer efficacement des séances de yoga et de proposer des activités adaptées à des publics variés et à leurs besoins spécifiques (sportifs de haut niveau, pratiquants en club ou en salle, patients en rééducation, futures mamans, enfants, seniors, personnes en situation de handicap...) en toute sécurité. Elle permet aussi de valoriser sur le marché de travail cette nouvelle compétence professionnelle.

COMPÉTENCES ATTESTÉES

Concevoir des séances de yoga grâce à des connaissances disciplinaires et anatomiques, en choisissant les outils du yoga (postures, techniques de respiration et de méditation, etc.) pertinents et adaptés au profil des personnes, à leur niveau de pratique et à leurs besoins spécifiques, avec une méthodologie précise garantissant d'atteindre l'objectif visé (séquençage équilibré, stratégies de transition réfléchies).

Aménager l'espace de pratique et préparer le matériel nécessaire (tapis, briques, sangles, etc.) pour assurer une séance fluide et agréable dans le respect des normes d'hygiène et de sécurité.

Animer une séance de yoga en s'appuyant sur les outils spécifiques du yoga (postures, respiration, méditation, etc.) dans un climat de confiance propice au lâcher-prise, (ton de voix et consignes adaptés) avec l'objectif de transformer l'état des participants vers plus de sérénité, d'introspection et de pleine conscience leur permettant de maximiser les bienfaits physiques et mentaux de leur pratique.

Démontrer les postures et guider le pratiquant en s'appuyant sur sa pratique personnelle et une pédagogie posturale précise et la maîtrise de l'utilisation de différentes techniques, de supports spécifiques au yoga afin d'apporter les corrections nécessaires ainsi que des variantes et adaptations pour optimiser la posture et ses effets et permettre à

tous les publics de progresser (chaise pour les séniors, blocs, sangles...) en toute sécurité.
S'appuyer sur l'essence de la philosophie pour transmettre les fondamentaux du yoga laïc au fil de la séance pour offrir aux pratiquants un cadre permettant de relier le corps et l'esprit à travers la pratique.
Adapter le contenu et l'intensité des séances en fonction des particularités et des besoins spécifiques des personnes (âge, condition physique, pathologies éventuelles...) en proposant des alternatives ou des ajustements face aux difficultés et/ou contre-indications afin de profiter des effets bénéfiques de la pratique sur le corps et le mental en toute sécurité.
Valoriser ses nouvelles compétences professionnelles d'enseignement du yoga en maîtrisant les outils commerciaux (marketing, communication, réseaux sociaux, ...), adaptés à sa cible et son territoire (étude de marché...) et en élargissant le champ d'application (développement de son activité en ligne, ...)

Voies d'accès

MODALITÉS D'ACCÈS

Formation continue

PRÉREQUIS À L'ENTRÉE EN FORMATION

La formation est ouverte aux professionnels suivants :

- Professeurs de fitness, Pilâtes, danse, titulaire d'un BP jeps, animateur sportif
- Coachs sportif
- Professeurs de yoga
- Professionnels de la santé : kiné, sage-femme, aide-soignant, infirmier, psychologue, orthophoniste, médecin, ostéopathe
- Enseignants de divers disciplines (public enfants et adultes)
- Personnes ayant une pratique avérée du yoga depuis au moins 5 ans.

Pré-requis à l'entrée en formation :

Justifier d'un minimum de 2 ans de pratique du yoga.

PRÉREQUIS À LA VALIDATION

Avoir suivi l'intégralité de la formation chez UNİYOGA ou un centre partenaire habilité permet d'accéder à la certification.

COMPOSITION DU JURY — FORMATION CONTINUE

Le jury de certification est composé de 3 membres :

- Un président de jury représentant interne de l'organisme certificateur UNİYOGA (enseignant professionnel de yoga, référent pédagogique, membre du comité de pilotage, ...) n'ayant pas participé à la formation du candidat.
- 2 professionnels du secteur (professeurs de yoga certifiés en exercice depuis au moins 3 ans) extérieurs à l'organisme de formation.

Base légale

Date de décision	27/02/2026
Durée de l'enregistrement	3 ans
Date d'échéance de l'enregistrement	27/02/2029
Date de dernière délivrance possible	26/08/2029

Pour plus d'informations

Fiche officielle (France Compétences)

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rs/7518/>

Demande CPF — formations engagées

Dossiers CPF engagés	1
Montant total engagé	2 950 €
Coût moyen par dossier	2 950 €
Durée moyenne	200 h
Période	08/2026
France compétences	51 %
Reste à charge titulaire	32 %
OPCO	17 %

Formations engagées via le CPF — Caisse des Dépôts (open data), tous organismes confondus.