



**ACADEMIE DU YOGA
DE L'ÉNERGIE
◆ PARIS-ÎLE-de-FRANCE, AYEPI
◆**

la réalisation d'un vécu personnel

Cette plaquette présente l'Académie du Yoga de l'Énergie, Paris-Île-de-France, et Bordeaux-Sud-Ouest, d'une façon aussi complète que possible.

Créée dès 1978, l'Académie du Yoga de l'Énergie s'adresse à toute personne désirant approfondir sa connaissance du Yoga de l'Énergie, sa formation pédagogique ou simplement sa pratique personnelle.

L'Académie du Yoga de l'Énergie, dispense un enseignement spécialisé, technique et pratique - un approfondissement des trois degrés du Yoga de l'Énergie.

L'Enseignement, résumé dans les livres de Roger Clerc* et ceux de Jean-Pierre LAFFEZ**, tout en respectant l'esprit de la tradition, est particulièrement adapté aux conditions de vie actuelle des Occidentaux.

Il se situe entre les techniques attachées particulièrement au corps et celles qui, à l'opposé, visent à atteindre uniquement les états de méditation.

La prise de conscience de "Prânâ", l'énergie, et son utilisation consciente amènent en effet le pratiquant à saisir le plus subtil, et donne ainsi au "Hatha-Yoga", strictement postural, une autre dimension, grâce à un entraînement persévérant et progressif.

La technique précise du Yoga de l'Énergie en donne la possibilité, et cela sans heurt et sans risque de déséquilibre.

Un vaste programme permet au pratiquant de s'initier progressivement aux techniques supérieures du Yoga de l'Énergie.

**Les week-ends ont lieu au Théâtre de la Danse – 77 rue de Charonne – 75011 Paris.
La semaine d'été se passent à Gradignan, près de Bordeaux.**

LE CONSEIL PÉDAGOGIQUE AYE PARIS-ILE-DE FRANCE

Fondateur :

Roger CLERC, Jean-Pierre LAFFEZ

Direction :

Jean-Pierre LAFFEZ, Secrétaire Général de l'Union Nationale de Yoga.

Co-Direction :

Gianna DUPONT, Annie HAMELIN

Formateurs :

Traudi BRUXELLE, Françoise CAPPELLE, Sabine DOUCHAINA, Gianna DUPONT, Annie HAMELIN, Jean-Pierre LAFFEZ

Administration :

Assistante de direction : Katia BEAUDOIN

Gestion des dossiers d'inscription, listes de présences, facturation...

LES PROGRAMMES

L'Académie du Yoga de l'Énergie s'adresse à tous les pratiquants de Hatha-Yoga, quelle que soit la technique qu'ils aient suivie. Il est peut-être néanmoins souhaitable d'avoir une approche du Yoga de l'Énergie.

L'AYE dispense l'enseignement des 2ème et 3ème degrés du Yoga de l'Énergie.

PROGRAMME GENERAL :

Objétifs pédagogique :

Approfondissement de l'enseignement des trois degrés du Yoga de l'Énergie. A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable :

- Pratique de plus en plus fluide des Mouvements Préliminaires et des Mouvements de Naropa, avec conscience d'être relié d'une façon subtile aux sources d'énergie ;
- La posture assise et les postures classiques de yoga — de la posture à Asana ;
- Manière et art de respirer ;
- Liaison aux Sources ;
- Sensibilisation et relation entre les trois koshas : Annamaya-kosha, Prânamaya-kosha, Manomaya-Kosha ;

Sera aussi capable selon le module de l'année concernée :

- Pratique intensive détaillée sur le corps de l'énergie ; le triangle frontal ; le corps du mental ;
- Utilisation des couleurs ;
- Théorie et approche de Mantra Yoginî.

→ Des conférenciers interviennent certains week-ends et enrichissent ainsi le programme proposé.

Ce vaste programme est proposé sous forme de trois modules d'une année chacun, à raison de 5 week-ends (65 heures) et 1 stage d'été (46 heures) d'une semaine par an, soit 111 heures. On peut commencer par n'importe lequel de ces modules. Cette formule permet d'accueillir de nouveaux élèves chaque année. Ce programme est aussi accessible aux auditeurs libres.

DETAIL DES MODULES

A chaque module, s'ajoute au programme général une pratique intensive, détaillée et précise :

Le Prânamaya-kosha, le Corps de l'Énergie, pour le module A:

- Le complexe chakrique — sensibilisation et purification des méridiens, des merveilleux vaisseaux, et des nadîs ;
- La respiration Ham-Sa ;
- Utilisation des couleurs — purification arc-en-ciel, couleurs traditionnelles, rapport avec les cinq éléments, les tattvas.

Le Manomaya-kosha, le Corps du Mental, pour le module B :

- Etude des deux chittas et des deux cônes du mental ;
- Sensibilisation aux couleurs ;
- Travail sur les sens subtils, les indriyas.

Le Triangle Frontal de Commandement, pour le module C :

- De tatraka à ekagrata, de l'attention à la concentration ;
- Les trois sommets et les trois plans du triangle frontal, physique, mental et spirituel ;
- Etude de Mantra Yoginî.

Le temps passé sur chaque contenu et les modalités pédagogiques peuvent varier en fonction de la dynamique de groupe et du profil des stagiaires.

*

Il est possible de faire une 4^{ème} année, qui clôt le cycle de l'Académie. Elle est une transition entre les modules et le Cours supérieur. Elle permet aux élèves d'approfondir leurs acquis. Fidèle à l'enseignement de Roger Clerc, le programme particulier est celui des trois degrés du Yoga de l'Énergie. L'accent est mis sur la réalisation des connaissances acquises, sur la compréhension de l'être global. Elle permet ainsi aux élèves d'approfondir leurs acquis.

Le cycle de l'Académie se poursuit avec le Cours Supérieur de l'AYE.
Cours supérieur de Paris : 5 we + 1 semaine d'été, soit 111 heures.

Le Cours Supérieur

Au-delà de l'Académie, les personnes intéressées peuvent encore approfondir leur pratique :

- soit en faisant l'année complète,
- soit en participant aux week-ends de leur choix,
- soit en faisant le stage d'été.

Programme :

- Les trois corps : pratique sur les trois koshas.
- L'approfondissement du travail sur les couleurs.
- L'étude du samyama et des états de vide.
- La méditation et son ambiance.
- Sans oublier : Les mouvements préliminaires, ossature de la technique et les mouvements de Naropa, conscience de l'énergie et de notre lien avec les Sources.

Transmission des 2e et 3e degrés du yoga de l'Énergie

Au-delà du Cours Supérieur, un groupe nécessairement restreint, autour des formateurs de l'AYEPI, poursuit l'étude et la pédagogie de l'enseignement du 3^{ème} degré du Yoga de l'Énergie.

*

LE FONCTIONNEMENT DE L'ACADÉMIE

CONDITIONS DE PARTICIPATION

- Être majeur.
- Avoir une approche du Yoga de l'Énergie est souhaitable, sinon il peut être profitable de participer à un stage d'été pour pouvoir se décider. Cela permet éventuellement de conseiller le postulant sur l'opportunité de sa démarche.
- Adhérer à l'AYE (en raison de l'assurance qu'elle propose), est obligatoire pour être admis dans les cours. Les cotisations, annuelles, sont fixées de septembre à septembre.

LES AUDITEURS LIBRES

Dans la mesure des places disponibles, les "Auditeurs Libres" peuvent participer aux différents stages. Est considéré comme auditeur libre, toute personne qui ne désire pas s'engager pour la totalité du cycle proposé mais participer à un ou plusieurs week-ends.

RYTHME DES COURS

Un module est enseigné chaque année. On peut commencer par n'importe lequel des ces 3 modules. Nous proposons ainsi chaque année, 5 week-ends à Paris (65 heures) et une semaine d'été (46 heures), regroupant l'AYEPI et l'AYESO, qui permet de faire la synthèse de l'essentiel des week-ends, soit 111 heures par an.

ABSENCES ET DÉSISTEMENT

Nous vous précisons que l'année est due en entier. Toutefois, si, en cours d'année, vous vous désistez, il pourra être envisagé un remboursement partiel. Le désistement devra t nous être adressé par courrier. Moins d'un mois avant la date d'un stage, celui-ci sera dû en entier par la personne qui se désiste. Les cotisation et adhésion restent acquises à l'association.

DELAI DE RETRACTATION

À compter de la date de signature du présent contrat, le stagiaire a un délai de 10 jours pour se rétracter ; Il en informe l'organisme de formation par lettre recommandée avec accusé de réception.

Dans ce cas, aucune somme ne peut être exigée du stagiaire.

INSCRIPTION, DATES ET TARIFS ; PROGRAMME DU MODULE DE L'ANNÉE.

Les annexes concernant l'année en cours sont téléchargeables sur notre site internet :

<https://www.shanti-cercle.yoga>

* * *

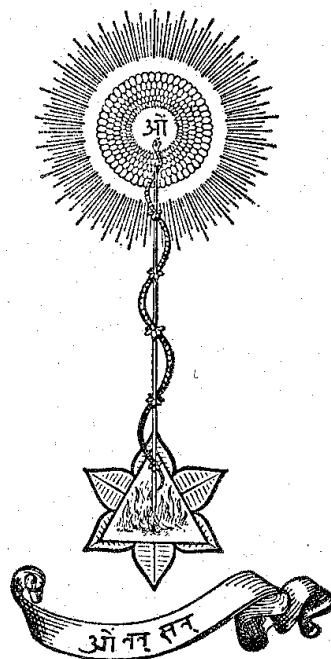
Un dossier est consacré à l'École Française de Yoga du Sud-Ouest dont les stages ont lieu près de Bordeaux.

* * *

.../...

Secrétariat :

AYEPI-AYESO
383, Chemin du Bosc Robert
F.14290 LA VESPIERE
Tél. 06 81 31 02 60
shanti@yoga-energie.com
<https://www.shanti-cercle.yoga>



MODULE C

Le Triangle Frontal de Commandement

- De Tatraka à Ekagrata, de l'attention à la concentration ;
- Les trois sommets et les trois plans du triangle frontal, physique, mental, spirituel ;
- Etude de Mantra Yoginî.

A - DATES LIEU DES STAGES 2026/2027

5 Week-ends à Paris :

21-22 novembre 2026 : (Théâtre de la danse - 77 rue de Charonne – 75011 PARIS - Métro Bastille
12-13 décembre 2026 :) « « « «
23-24 janvier 2027 : (« « « «
20-21 mars 2027 :) « « « « «
05-06 juin 2027 : (« « « « «

Du samedi 13h30 au dimanche 13h30.

Stage d'été :

À Gradignan près de Bordeaux, du 5 au 10 Juillet 2027, du lundi 9h au samedi 11h30.
Les modalités de cette semaine seront indiquées en cours d'année.

B - TARIFS 2026/2027 ET CONDITIONS D'INSCRIPTION

Les prix sont révisables chaque année.

I. INSCRIPTION ET COTISATIONS :

Pour des raisons d'ordre pratique, notamment d'organisation et d'intendance, adressez-nous votre inscription, si possible avant le 30 Septembre ; toutefois si vous ne pouvez le faire pour cette date, n'hésitez pas à nous contacter ; **cela ne constitue pas un motif de refus.**

- Cotisation Académie, pour 2026/2027 à l'ordre de l'AYE.....41 €

.../...

II. FRAIS DE STAGE :

Comprenant les cours, les conférences, et la documentation pédagogique :

1) Les 5 week-ends + le stage d'été :

a – En 5 versements : 1 769,33€ TTC*

Soit 5 versements de 353,86€ TTC aux dates suivantes :

15 octobre, 15 Décembre 2026, 31 janvier, 15 mars et 2 mai 2027.

b – En un seul versement à l'inscription

Réduction de 5% soit : **1 680,83€ TTC***

2) Auditeurs- libres :

► **Attention :** s'inscrire dans la mesure du possible un mois à l'avance – Les inscriptions ne pourront être retenues que dans la limite des places disponibles.

Prix d'un week-end : **247,20€ TTC**

Prix du stage d'été : **716,88€ TTC**

III. MODALITÉS D'INSCRIPTION

- L'inscription n'est prise en compte qu'accompagnée du règlement correspondant.
- Remplir avec précision la demande d'inscription à l'Académie selon la formule choisie (annexe 2 ou 3).

*

scolarité et cotisation, datés du jour où

vous les signez.

- **Pour les paiements par virement, merci de bien vouloir nous envoyer un justificatif à l'adresse suivante : shanti@yoga-energie.com**

- Si vous n'avez jamais participé à l'un ou l'autre de nos stages, joindre la feuille de renseignements (annexe 4) et 1 photo d'identité récente.

Tous les chèques sont à faire à l'ordre de A. Y. E.

*

► **PENSION - HÉBERGEMENT à CHATEAU MOULERENS**

Semaine d'été

Environ entre 300 et 550€ par personne pour la pension complète (5 nuitées et 10 repas) en chambre à deux lits, du lundi matin au samedi midi ; nous vous donnerons des précisions dans le courant de l'année. Ces chiffres vous sont donnés à titre indicatif et peuvent être modifiés par le Centre indépendamment de notre volonté.

SHANTI, CYO est responsable du traitement de vos données personnelles. Vous pouvez exprimer votre souhait de revenir sur votre consentement ou exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, de limitation ou de portabilité directement auprès de SHANTI, CYO à l'adresse suivante : shanti@yoga-energie.com

Les données sollicitées sont nécessaires au traitement de votre demande.

Contrat d'inscription

Page 9 sur 16
Mis à jour le 21.05.2026

A retourner si possible avant le 30 Septembre 2026

NOM (Mme, M).....Prénom.....
ADRESSE (rue, N° , lieu- dit, code postal et ville).....
.....
.....
Tél. Personnel..... Tél. Travail.....
Adresse électronique :

Je, soussigné, demande mon inscription à l'A.Y.E.P.I., pour 2026/2027

Je choisis la formule de règlement :

- 1 1 769,33€ en 5 versements de 353,86€ prélevés les 15 octobre, 15 décembre 2026, 31 janvier, 15 mars et 2 mai 2027, chèques ci-joints ;
- 2 1 680,80€ en un seul versement ci-joint.

Soit la somme de : €

France, par chèque bancaire à l'ordre de A. Y. E.

Pensez à ajouter votre cotisation à l'ordre de l'AYE, si vous ne l'avez pas déjà envoyée, soit 41€

- Je joins tous mes chèques dès maintenant comme demandé dans les conditions d'inscription par chèques bancaires à l'ordre de A. Y. E., adressés à JP Laffez - A. Y. E. – 383, Chemin du Bosc Robert -14290 LA VESPIÈRE.

- Pour les paiements par virement, merci de bien vouloir nous envoyer un justificatif à l'adresse suivante : shanti@yoga-energie.com

- Je reconnais avoir pris connaissance des règles de désistement et des conditions de fonctionnement de l'Académie, et déclare les accepter ainsi que toute décision de l'Équipe pédagogique ou administrative.

Date et signature (précédée de la mention, lu et approuvé).

Joindre :

- * Si c'est votre première inscription à l'une ou l'autre de nos formations :
 - la fiche de renseignements (annexe 4), remplie le plus exactement possible,
 - 1 photo d'identité **récente**.

Cadre réservé à l'administration

Inscription réglée pour

.....

Pour un montant

de.....

Le

Jean-Pierre Laffez

Directeur

SHANTI, CYO est responsable du traitement de vos données personnelles. Vous pouvez exprimer votre souhait de revenir sur votre consentement ou exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, de limitation ou de portabilité directement auprès de SHANTI, CYO à l'adresse suivante : shanti@yoga-energie.com
Les données sollicitées sont nécessaires au traitement de votre demande.

Contrat d'inscription pour les auditeurs libres à l'AYE de Paris
À retourner si possible un mois avant le week-end choisi, 15 jours au minimum

► **ATTENTION** : les auditeurs-libres ne pourront participer que dans la limite des places disponibles.

NOM (Mme, M).....Prénom.....

ADRESSE (rue, N°, lieu- dit, code postal et ville)

.....

Tél.Personnel.....Tél.Travail.....

Adresse électronique :

Je, soussigné, demande mon inscription, pour le(s) WE ci-dessous : (précisez la date) :

- 21-22 novembre 2026
- 12-13 décembre 2026
- 23-24 janvier 2027
- 20-21 mars 2027
- 05-06 juin 2027

Je règle les frais de participation par week-end : 247,20 € x=.....€

Ajouter si ce n'est pas encore réglé cette année :

- la cotisation à l'Association pour 2026/2027 : 41 €
(à l'ordre de l'AYE)

Total des suppléments :€

Total du règlement :€

- Je joins tous mes chèques comme demandé dans les modalités d'inscription par chèques bancaires à l'ordre de A. Y. E., adressés à JP Laffez - A. Y. E. – 383, chemin du Bosc Robert - 14290 LA VESPIÈRE.

- Je reconnais avoir pris connaissance des règles de désistement et des conditions de fonctionnement de l'Académie, et déclare les accepter ainsi que toute décision de l'Équipe pédagogique ou administrative.

- **Pour les paiements par virement, merci de bien vouloir nous envoyer un justificatif à l'adresse suivante : shanti@yoga-energie.com**

Date et signature (précédée de la mention, lu et approuvé).

Joindre :

- * Si c'est votre première inscription à l'une ou l'autre de nos formations :
 - la fiche de renseignements (annexe 4), remplit le plus exactement possible,
 - 1 photo d'identité **récente**.

Cadre réservé à l'administration

Inscription réglée pour

.....
Pour un montant

de.....

Le.....

Le directeur,
Jean-Pierre Laffez

SHANTI, CYO est responsable du traitement de vos données personnelles. Vous pouvez exprimer votre souhait de revenir sur votre consentement ou exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, de limitation ou de portabilité directement auprès de SHANTI, CYO à l'adresse suivante : shanti@yoga-energie.com Les données sollicitées sont nécessaires au traitement de votre demande.

FICHE DE RENSEIGNEMENTS

(à remplir soigneusement et à joindre à votre première inscription)

NOM (Mme, M).....Prénom.....
ADRESSE.....
.....
CODE POSTALVILLE.....
TEL PERSONNEL.....TEL TRAVAIL.....
ADRESSE ELECTRONIQUE :
DATE ET LIEU DE NAISSANCE.....
PROFESSION.....

FORMATION GÉNÉRALE

ÉTUDES GÉNÉRALES.....
.....
ÉTUDES ET EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES.....
.....
.....

FORMATION EN YOGA

NOMBRE D'ANNÉES DE PRATIQUE.....
NOMS ET ADRESSES DE VOS DIFFÉRENTS PROFESSEURS :
.....
.....
.....
STAGES DE YOGA SUIVIS, AUTRES QUE CEUX QUI ENTRENT DANS LE CYCLE DE FORMATION
D'UNE ÉCOLE DE YOGA, DATE ET ANIMATEURS:
.....
.....
.....

→

MOTIVATIONS QUI VOUS INCITENT A SUIVRE CETTE FORMATION (1 page maximum, sur papier libre)

SHANTI, CYO est responsable du traitement de vos données personnelles. Vous pouvez exprimer votre souhait de revenir sur votre consentement ou exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, d'opposition, de limitation ou de portabilité directement auprès de SHANTI, CYO à l'adresse suivante : shanti@yoga-energie.com

Les données sollicitées sont nécessaires au traitement de votre demande.