



ALIETTE BALLADUR

FORMATIONS ET ÉTUDES EN COURS

Depuis 10/2024

Formation en deux ans avec [Hélène Marinetti](#) : « Connaître et transmettre la philosophie indienne »

Novembre 2021-juin 2022

« [Formation aux approches intégrées Corps Esprit](#) » sous la direction de [Christophe André](#), [Nathalie Rapoport-Hubschman](#) et Rebecca Shankland

« Approfondissement – Première conférence de [médecine Corps Esprit](#) » sous la direction de Nathalie Rapoport-Hubschman avec [Professeur Elyse Park](#), Professeur [Marion Trousselard](#) et Professeur Greg Frichionne, Harvard Medical School Benson Henry Institute for Mind Body Medicine, MGH - 21 septembre 2024 – Paris

Depuis 2019

« Vedische Rezitation » avec Anne-Marie Hodges, www.yoga.de/ria-Hodges

Depuis 2017

Étude du sanskrit avec [Hélène Marinetti](#), CIS



FORMATION

2019/2020

Post-Formation, Efyse, Aix en Provence : Thème « Mudrâ, Bandha, Kriyâ »

2018/2019

Post-Formation, Efyse, Aix en Provence : Thème « Indriya-Jaya, approfondir les perceptions sensorielles »

2017/2018

Post-Formation, Efyse, Aix en Provence : Thème « Dhâraṇa et Dhyâna : Pédagogie et expérience de la méditation »

2016/2017

Post-Formation, Efyse, Aix en Provence : Thème « Les 12 cakras : Portes de la liberté »

2015/2016

Post-Formation, Efyse, Aix en Provence : Thème « Prânayâma et Mudrâ »

2014/2015

Post-Formation, Efyse, Aix en Provence : Thème « Siddhi et Vibhuti : le développement intérieur. »

2010/2014

Efyse, Aix en Provence

2013

Yoganidra : Micheline Flak, centrecultureldeyoga., Paris



STAGES, SÉMINAIRES ET CONGRÈS

26-31/10/2025

Stage "Hatha Pradîpikâ : Comprendre-Expérimenter-Transmettre » Boris Tatzky et Jean-Michel Creisméas, Carry le Rouet, France

20/09/2025

Apprentissage et récitation « Nârâyana Upanisad » avec Ria Hodges, Ayovie, Vienne, Autriche

16-23/08/2025

Congrès UEY, « Abhyâsa-Vairâggya : Deux piliers de la transformation yogique », Zinal, Suisse

27/07-01/08/2025

Stage FNEY « Dhyâna, Méditer dans le corps, le souffle, la Lumière » Boris Tatzky, Viviers, France

28/04-01/05/2025

Stage fin première année d'études indiennes avec Dîpa, Hélène Marinetti, Charousse, Vercors, France

26-31/10/2024

Stage "Yoga Sûtra : apprendre, comprendre, pratiquer » Boris Tatzky et Jean-Michel Creisméas, Carry le Rouet, France

04-06/10/2024

Workshop « Letting go » with Sandra Sabatini and Michal Havkin, Vienna

16-23/08/2024

Congrès UEY, « Prâna, la force de vie », Zinal, Suisse

28/07-02/08/2024

Stage FNEY « Nâdânusandhâna, écoute du son libérateur » Boris Tatzky, Viviers, France



23-27/10/2023

Stage « Samantraka : Mantra-Asana-Pranayama-Tatraka-Dhyana » avec Boris Tatzky, Carry le Rouet, France

13-15/10/2023

Workshop « Spirals around the spine » with Sandra Sabatini and Michal Havkin, Vienna

20-25/08/2023

Congrès UEY, « Hridaya, the way of the Heart » Zinal, Suisse

30/07-04/08/2023

Stage Fney « Dynamique du corps- Stabilité de l'esprit » avec Boris Tatzky, Viviers, France

12-14/05/2023

Seminar « Das Geheimnis des Atems » mit R. Sriram- Wien

11-16/04/2022

« L'énergie des mantra » Boris Tatzky et Jean-Michel Creisméas, Vogüé, France

25-30/10/2021

« Liaison aux sources- La verticalité intérieure » Boris Tatzky, Carry le Rouet, France

08-10/10/2021

« The whole body breathing- Following the teaching of Vanda Scaravelli » with Sandra Sabatini et Michal Havkin, BYO, Wien

15-21/08/2021

« Les Cakra » Boris Tatzky et Jean-Michel Creisméas, FNEY, France

30-31/01/2021

« Colonne vertébrale et énergie vitale » , Boris Tatzky, AYA, France



06 et 30/11/2020

Deux jours de formation « Initiation et perfectionnement à la méditation de pleine conscience » [Christophe André](#)

26-31/10/2020

« Prânâyâma et Dhyâna », Boris Tatzky, Carry le Rouet, France

28/10-02/11/2019

« S'ajuster sur l'échelle du yoga », Boris Tatzky, Carry le Rouet, France

29/07 – 02/08/19

« Mantra » Jean-Michel Creisméas, Morlaix, France

19-24/04/19

Séminaire Professionnel « Hatha/Râja Yoga : Etudes et Pratiques » Prof. S. Sridharan et V.M. Janakiraman (KYM), Jason Birch (Université d'Oxford), Boris Tatzky, Jean-Michel Creisméas, Raphaël Voix, Vogüé, France

11-12/01/19

Workshop « Inspiration Asanas » avec Veronika Wunderlich, Vienne, Autriche

19-25/08/2018

« Les 3 guna, équilibre des énergies » avec Boris Tatzky et Jean-Michel Creisméas, FNEY, France

10/06-04/07/2018

Népal et Tibet : voyage d'études avec Jacques Vigne : méditations, rencontres, textes et visites autour du bouddhisme tibétain.

06-07/01/2018

« Yoga Sûtra : Asthanga – Acht Glieder, ein Weg » R. [Sriram](#), Vienne



16-21/07/2017

« Dhâranâ – la concentration des énergies » Boris Tatzky, France

14-19/04/2017

Séminaire professionnel “Yoga Sūtra” études et pratiques : Professeur V.M. Janakiraman
KYM, Boris Tatzky, Jean-Michel Creisméas, Raphaël Voix – Vogüe, France

27-29/01/2017

« Die praktische Psychologie des Yogasutra » Dagmar Shorny, Vienne

11/2016

Sud de l’Inde avec Jacques Vigne : méditation, ashram, temples

21-27/08/2016

« Kundalini : Voie d’éveil de la conscience » Boris Tatzky et Raphaël Voix, France, FNEY

27/06-02/07/2016

« Mudrâ et Bandha : l’art de se relier » Stage d’école avec les professeurs Efyse et Efyl, France

02-04/10/2015

« Yoga und Voice » Suzanne Bohrmann-Fortuzzi, Vienne, BYO

23-29/08/2015

« Corps et spiritualité » Boris Tatzky et Jean Michel Creisméas, France, FNEY

03-06/04/2015

Congrès « Yoga et Ayurveda » France

17-22/11/2014

Stage au Krishnamacarya Yoga Mandiram, Chennai, Inde



03-09/08/2014

« L'art de relier les polarités » Boris Tatzky, Allemagne

29/06-05/07/2014

Stage d'école avec les professeurs Efyse et Efyl, France

24-26/01/2014

« Das Verständnis der Wirbelsäule im Hatha-Yoga » Doris Echlin, Vienne, [BYO](#)

19-21/09/2013

Congrès « Yoga in transformation : historical and contemporary perspectives on a global phenomenon » Wien Universität, Vienne

04-10/08/2013

« Du physique au spirituel : les niveaux de progression dans les âsanas » Boris Tatzky, Allemagne

30/06-06/07/2013

Stage d'école avec les professeurs Efyse et Efyl, France

29/03-01/04/2013

Congrès « Tantra : l'art de s'émerveiller » France

01-07/07/2012

Stage d'école avec les professeurs Efyse et Efyl, France

03-09/07/2011

Stage d'école avec les professeurs Efyse et [Efyl](#), France

10-17/07/2010

« Sons, Postures et Philosophie » [Boris Tatzky](#), France