



ALIETTE BALLADUR

FORMATIONS ET ÉTUDES EN COURS

Depuis 2017

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

Depuis 2019

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

Novembre 2021-juin 2022

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



FORMATION

2013

Yoganidra : Micheline Flak, [centrecultureldeyoga.](http://centrecultureldeyoga.com), Paris

2010/2014

[Efyse](http://efyse.com), Aix en Provence

2014/2015

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

2015/2016

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

2016/2017

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

2017/2018

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

2018/2019

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

2019/2020

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



STAGES, SÉMINAIRES ET CONGRÈS

10-17/07/2010

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

03-09/07/2011

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

01-07/07/2012

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

29/03-01/04/2013

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

30/06-06/07/2013

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

04-10/08/2013

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

19-21/09/2013

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

24-26/01/2014

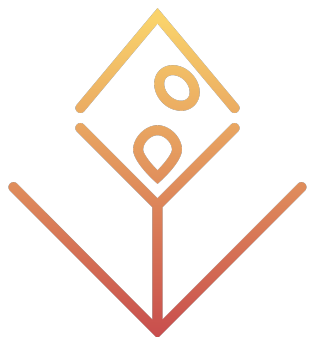
« Das Verständnis der Wirbelsäule im Hatha-Yoga » Doris Echlin, Vienne, [BYO](#)

29/06-05/07/2014

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

03-09/08/2014

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



AYOVIE

Académie Yoga Vienne

17-22/11/2014

Stage au [Krishnamacarya Yoga Mandiram](#), Chennai, Inde

03-06/04/2015

Congrès « Yoga et Ayurveda » France

23-29/08/2015

« Corps et spiritualité » Boris Tatzky et [Jean Michel Creisméas](#), France, [FNEY](#)

02-04/10/2015

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

27/06-02/07/2016

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

21-27/08/2016

« Kundalini : Voie d'éveil de la conscience » Boris Tatzky et [Raphaël Voix](#), France, [FNEY](#)

11/2016

Sud de l'Inde avec [Jacques Vigne](#) : méditation, ashram, temples

27-29/01/2017

« Die praktische Psychologie des Yogasutra » Dagmar Shorny, Vienne

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

16-21/07/2017

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

06-07/01/2018

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



10/06-04/07/2018

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

19-25/08/2018

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

11-12/01/19

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

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, Vogüe, France

29/07 - 02/08/19

« Mantra » Jean-Michel Creisméas, Morlaix, France

28/10-02/11/2019

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

26-31/10/2020

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

06 et 30/11/2020

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

30-31/01/2021

« Colonne vertébrale et énergie vitale » , Boris Tatzky, [AYA](#), France

15-21/08/2021

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



08-10/10/2021

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

25-30/10/2021

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