

A photograph showing two women performing aerial yoga exercises. One woman is in the foreground, hanging upside down from a yellow strap, her legs bent and feet together. Another woman is behind her, also hanging from a strap and performing a similar pose. They are in a room with light-colored walls and a framed picture of the Om symbol in the background.

3 au 5 août 2026
20 au 22 Nov 2026

FORMATION

YOGA AERIEN

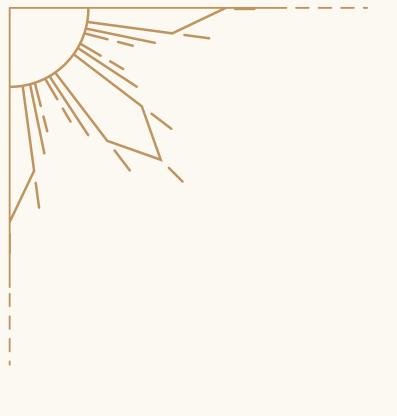
25 heures

Lyon

Animé par

Noémie Thibaud
Miora Piffret

www.pandipandayoga.com

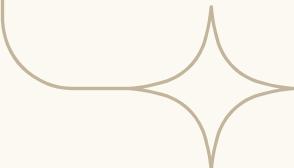


3 JOURS

En immersion à Lyon



Fais décoller ta pratique dans une formation complète de professeur de yoga aérien où
technicité rime avec convivialité !



Rejoins notre formation de Yoga Aérien de 25h à Lyon 3 jours immersifs pour apprendre à enseigner des **cours fun, safe et créatifs.**



LES PLUS

Approche technique & ludique

★ **Petit groupe de 8 personnes** ★

★ **Livret de formation** ★

★ **Jeux de cartes** ★

★ **54 postures clés** ★

★ **Séquences clés en main** ★

★ **2 formatrices passionnées** ★



TON PROFIL

Cette formation est pour toi si....

1. Contre-indications

Femmes enceintes, hypertension, glaucome, personnes ayant le mal de transport ou des problèmes d'oreille interne, problème cardiaque

2. Pré-requis

Compte tenu du rythme de la formation, il est conseillé d'avoir de bonnes conditions physiques.
Ne pas présenter de blessures aux épaules

Ton parcours

01

Professeurs de yoga souhaitant découvrir une nouvelle discipline de Yoga

02

Professionnels de la forme diplômés (CQP et/ou BPEJPS) souhaitant enseigner le Yoga en complément de leurs activités habituelles

03

Elèves de yoga aérien ayant pratiqué régulièrement depuis plus de 2 ans souhaitant approfondir leur pratique





PLANNING

Jour 1

- 9h30 —● Cercle d'ouverture
- 10h —● Cours de Yoga Aérien
- 11h30 —● Décryptage des postures
- 12h30 —● Pause
- 14h —● Introduction au yoga aérien :
Bienfaits, contre-indications, matériel...
- 15h —● Décryptage des postures
- 17h —● Enseignement des postures
- 18h30 —● Soirée Mantras





PLANNING

Jour 2

8h30 —● Cours Yoga Aérien spécial Inversion

10h —● Décryptage des postures

12h —● Pause

13h30 —● Créer une séquence de yoga aérien

14h30 —● Décryptage des postures

16h30 —● Enseignement des postures

A partir —● Révisions personnelles et préparation des
de évaluations. Salle mise à disposition

17h30





PLANNING

Jour 3

8h30 —● Cours Yoga Aérien Fun

10h —● Décryptage des postures

12h —● Pause

13h —● Evaluations

15h30 —● Cercle de fermeture

16h —● Départ



LE DUO

Dynamique & bienveillant



Noémie Thibaud

Professeur de Yoga &
Psychomotricienne



Miora PIFFRET

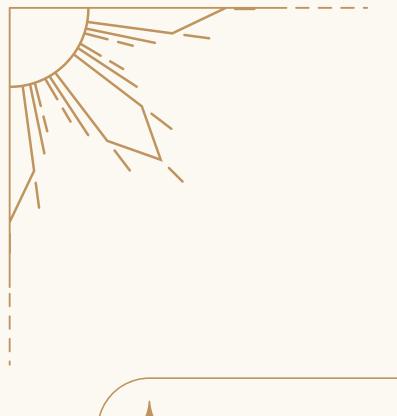
Professeur de Yoga,
Manager en SI Finance &
Fondatrice de l'école Pandi
Panda Yoga

Noémie est une ancienne gymnaste **passionnée par le mouvement**. En **2020**, contrainte de se poser et de se canaliser, elle pratique le yoga de manière régulière et en ressent tous les bénéfices. Elle tombe par hasard sur le yoga aérien et est immédiatement séduite par sa dimension ludique et relaxante!

Noémie s'est formée en **250 H d'Aerial Vinyasa Yoga et en 200 H d'Ashtanga Vinyasa chez All Yoga à Bali**. Et comme elle est passionnée, elle pratique aussi un art du cirque : **le tissu aérien!**

A l'origine de l'école, Miora découvre le Vinyasa Yoga suite à une grave entorse à la cheville. Elle tombe amoureuse de la discipline pour ses bienfaits sur le corps et le mental. Elle est certifiée **Vinyasa Yoga 500 Heures** à l'école Samyak Yoga en Inde et chez Alpha Yoga School en Grèce et en Yoga Paddle,

Ses formations complémentaires en Yoga Aérien: 50 Heures Aerial Yoga Level 2 avec Camiyoga Air, Littuanie | 15 Heures Yoga Aérien Zen Space, Lyon | 25 Heures Yoga Trapeze Yoga Teachers College | Certification au Massage aérien Partn'air yoga massage Aerial Vinyasa



INFOS

Pratiques

DATES

2 sessions

3 au 5 août 2026

20 au 22 Nov 2026

LIEU

Ecole de Yoga Aérien Pandi Panda Yoga

268 rue du 4 août 1789 69100 Villeurbanne

Métro A Cusset

15 mn de la Gare TGV Lyon Part Dieu

TARIF

- **Early Bird 550€** jusqu'au 30 Avril 2026 pour le 1ère session et jusqu'au 31 Juillet 2026 pour le 2ème session. 600€ au-delà
- Acompte de 200€ pour le tarif Early Bird, sinon 250€ à régler en ligne au moment de l'inscription
- Solde à régler 7 jours avant le début de la formation

ENVOLE-TOI

<https://pandipandayoga.com/formation-yoga-aerien-25-heures-lyon/>

Mail : yogapandipanda@gmail.com

