



SAS PAPL FORMATION

SIRET : 809.202.179.000.28
NAF : 8559A
Enregistré sous le n° de formateur : 82.69.137.39.69
« cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

📍 84, rue Chevreul - 69007 LYON
☎️ 04.37.43.16.21
@ formation@paplformation-kine.fr

PROGRAMME DE FORMATION

DIVERSIFIER SON ACTIVITE GRACE A DES COURS COLLECTIFS DE YOGA

Intervenant : Théophile FLORENTIN

Masseur-kinésithérapeute DE, DU kinésithérapie du sport, formé aux techniques de yoga

Prérequis pour participer : masseur-kinésithérapeute DE ou équivalence

Objectifs pédagogiques :

- Comprendre les mécanismes de la douleur persistante
- Maîtriser les outils du yoga pour agir sur la douleur et l'incapacité
- Développer un raisonnement clinique appliqué au yoga
- Être capable de concevoir et animer des séances de groupe
- Connaître les modalités pratiques de facturation

Résumé et contexte :

Dans un contexte de forte prévalence des douleurs persistantes, d'augmentation du stress chronique et de nécessité de promouvoir une activité physique régulière, les kinésithérapeutes sont amenés à renouveler leur offre de soins. Parallèlement, l'intérêt croissant du public pour le yoga offre une opportunité pertinente pour enrichir les pratiques thérapeutiques.

Cette formation permet aux kinésithérapeutes d'exploiter les outils du yoga (postures, respiration, attention, méditation) à travers le prisme du raisonnement clinique, afin de concevoir et animer des séances de groupe adaptées aux patients souffrant de troubles musculosquelettiques.

Au-delà de l'aspect thérapeutique, ces séances collectives vous permettront de diversifier votre activité libérale ou salariée, en proposant une prise en charge à la fois efficace, structurée et économiquement viable.

Programme détaillé : 3 jours (21h) – 9h / 17h30

JOUR 1 – 7h

Horaires	9h-9h30
Sujets traités	Accueil des stagiaires Introduction à la formation et présentation des participants Etat des connaissances et des attentes avant la formation Etude groupée du quiz à l'oral
Objectifs	
Horaires	9h30-12h
Sujets traités	Comprendre les douleurs persistantes : mécanismes neurophysiologiques, psychologiques et sociaux Présentation du yoga : origines, principes philosophiques et applications thérapeutiques
Objectifs	

Pause déjeuner – 1h30

Horaires	13h30-17h30
Sujets traités	Pratique des postures fondamentales du yoga (asanas) adaptées aux patients Techniques respiratoires (pranayama) pour la gestion de la douleur et du stress Étude de cas cliniques et discussions en groupe
Objectifs	

JOUR 2 – 7h

Horaires	9h-12h
Sujets traités	Approfondissement des postures : flexions, extensions, équilibres et inversions Adaptation des postures en fonction des limitations anatomiques et pathologies Techniques de relaxation et introduction à la méditation
Objectifs	

Pause déjeuner – 1h30

Horaires	13h30-17h30
Sujets traités	Ateliers pratiques : conception de séances types pour différents profils de patients Développement des compétences de communication et d'animation de groupe Feedback et ajustements des séances conçues
Objectifs	

JOUR 3 – 7h

Horaires	9h-12h
Sujets traités	Intégration du yoga dans la pratique quotidienne du kinésithérapeute Présentation des modalités de facturation et cadre juridique des séances de yoga en groupe Échanges sur les aspects pratiques de la mise en place des cours collectifs
Objectifs	

Pause déjeuner – 1h30

Horaires	13h30-17h
Sujets traités	Simulation de séances de groupe avec mise en situation réelle, supervision et correction de l'expert formateur, jeux de rôles
Objectifs	

Horaires	17h-17h30
Sujets traités	Évaluation des compétences acquises au cours de la formation (quiz post stage et correction) et feedback personnalisé Synthèse de l'enseignant sur la formation et élaboration d'un plan d'action individuel Questions réponses
Objectifs	

Financement : programme susceptible d'être pris en charge FIF PL.

Modalités d'évaluation : évaluation des connaissances par QCM pré et post stage.

Livret d'accueil & règlement intérieur PAPL :

https://www.paplformation-kine.fr/wp-content/uploads/2025/07/Livret_accueil-PAPL_Formation.pdf

Contact : 04 37 43 84 55 – formation@paplformation-kine.fr