

PROGRAMME NOVEMBRE 2026 WE / FORMATION A LA METHODE SOPHROLOGIQUE

MODULE	INTERVENANT	ANNEE	DATE	Nombre de Journées	THEME	Nombre d'Heures
N°I	Farid Belkacem / Géraldine Durand	2026	Samedi 7 novembre	1	Les fondements de la Sophrologie - 1er Degré / exercices de base	7
N°I	Farid Belkacem / Géraldine Durand	2026	Dimanche 8 novembre	1	Les fondements de la Sophrologie - 1er Degré / exercices de base	7
N°II	Géraldine Durand	2026	Samedi 19 décembre	1	Les fondements de la Sophrologie - 1er Degré / exercices de base suite	7
N°II	Frédérique Murry	2026	Dimanche 20 décembre	1	Nety Kriya / Exercices de base Respiration	7
N°III	Géraldine Durand	2027	Samedi 23 janvier	1	Les fondements de la Sophrologie - 1er Degré / exercices de base suite	7
N°III	Marc Susbielle	2027	Dimanche 24 janvier	1	Le Schéma Corporel	7
N°IV	Géraldine Durand	2027	Samedi 20 février	1	2ème Degré / exercices de base	7
N°IV	Géraldine Durand	2027	Dimanche 21 février	1	2ème Degré / exercices de base	7
N°V	Marc Susbielle	2027	Samedi 20 mars	1	2ème Degré / exercices de base et révisions	7
N°V	Dr Luc Audouin	2027	Dimanche 21 mars	1	Phénoménologie	7
N°VI	Jean-Luc Godard	2027	Samedi 17 avril	1	3ème Degré / exercices de base	7
N°VI	Jean-Luc Godard	2027	Dimanche 18 avril	1	3ème Degré / exercices de base	7
N°VII	Géraldine Durand	2027	Samedi 29 mai	0,5	ERE Entraînement Pratique - Préparation DC3 en distanciel	4
N°VIII	Géraldine Durand	2027	Samedi 19 juin	1	Méthodologie reprenant les degrés 1 et 2	7
N°VIII	Jean-Luc Godard	2027	Dimanche 20 juin	1	3ème Degré / exercices de base	7
N°IX	Darci Martins	2027	Samedi 28 août	1	4ème Degré / exercices de base	7
N°IX	Darci Martins	2027	Dimanche 29 août	1	4ème Degré / exercices de base	7
N°X	Pascale Etchebame	2027	Samedi 25 septembre	1	Anatomie-Physiologie appliquée à la Sophrologie	7
N°X	Darci Martins	2027	Dimanche 26 septembre	1	4ème Degré / exercices de base + révisions	7
N°XI	Géraldine Durand	2027	Samedi 16 octobre	1	ERE Entraînement Théorique - Préparation DC3	7
N°XI	Darci Martins	2027	Dimanche 17 octobre	1	Méthodologie reprenant les degrés 3 et 4	7
N°XII	Eric Joannès	2027	Samedi 20 novembre	1	Sophrologie et sommeil / introduction	7
N°XII	Aurore Malet / Point organisation DC3	2027	Dimanche 21 novembre	1	Qualité de sommeil - Qualité de concentration / Apport neurosciences	7
N°XIII	Frédérique Murry	2027	Samedi 11 décembre	1	Histoire de la Sophrologie	7
N°XIII	Dr Luc Audouin	2027	Dimanche 12 décembre	1	Sophrologie et Imaginaire / Sophrologie et Proxémie	7
N°XIV	Do Brunet	2028	Samedi 15 janvier	1	Sophrologie et mouvement	7
N°XIV	Jury	2028	Dimanche 16 janvier	1	Evaluations pratique et théorique DC3	7
ENTR	Pascal Le Lay / Farid Belkacem	2027	1/2 Journées définies avec le groupe	2	Entraînement pour la préparation au DC3	14
FORMATION CYCLE FONDAMENTAL 1 EN PRESENTIEL				28,5		200