



**Institut de Psychothérapie Et d'Enseignement en Sophrologie**  
Ecole d'enseignement privé  
Enregistrée sous le numéro 82 69 08066 69 auprès du préfet de la région Rhône Alpes  
Responsable : Sandra ARNAUD GARDAIR

## FORMATION CLASSIQUE

### **Sophrologie pédagogique et médicale** **PROGRAMME DES COURS ET ACTIVITES 2025 - 2026**

*Reprend la formation du Centre Lyonnais de Sophrologie*  
*Dans chaque séminaire une à deux journées sont consacrées à la pratique*

### **COURS WEEK END**

INITIATION A LA SOPHROLOGIE	24.25.26 Janvier 2025
LE STRESS ET SA GESTION	14.15.16 Février 2025
DOULEUR/ ACCOUCHEMENT	16.17 Mars 2025
SOPHRO ENFANT	05.06 Avril 2025
SOPHROCOPORALITE	24.25 Mai 2025
JOURNEES DE PRATIQUES (TCC)	15.16 Juin 2025
PSYCHOCLINIQUE + PSYCHOPATHO	20.21. Sept 2025
SOPHRO SYMBOLISME ET OUTILS D'ART THERAPIE	11.12 Octobre 2025
APPROCHE DE LA MORT	07.08.09 Novembre 2025
SOMMEIL /IMAGERIE MENTALE et REVE EVEILLE	06.07 Décembre 2025
ATELIER PRATIQUE (Tech entretien, CNV)::	10.11 Janvier 2026
PNL/POSTURE :	08.09 Février 2026
INSTALLATION JURIDIQUE / PHYSIOLOGIE	07.08 Mars 2026
REVISIONS :	11.12 Avril 2026
YOGA, SPORT ET SOPHROLOGIE:	16.17 Mai 2026
REVISIONS :	13.14. Juin 2026
SOPHROLOGIE ET IMAGE DE SOI :	05.06 septembre 2026
SUPERVISION EXAMEN PRATIQUE :	03.04 Octobre 2026
EXAMEN THEORIQUE : Décembre 2026, 3h à fixer ensemble	

Une ou deux journées d'Atelier pratique pourront être rajoutées au cours de l'année  
Au détail, le prix d'une journée est de 100 euros pour 7h30 de cours

Si l'élève arrête la formation en cours de route, le solde dû correspondra à la somme des tarifs de détail des séminaires effectués, tout séminaire commencé est dû et au minimum un quart de la formation devra être réglée (soit 800 euros).

EXAMEN PRATIQUE : Octobre 2026

EXAMEN THEORIQUE : Décembre 2026, 3h à fixer ensemble.

**COÛT TOTAL de la formation : 3300 euros (+250 euros si pris en charge par un organisme**

**Coût horaire : 11 euros**

Nombre de jours : 40

Nombre d'heures : 300h + 15h de stage

8, rue de la Platière – 69001 LYON – Tel 04 78 29 54 67  
Email : [ipeesag@ipees.fr](mailto:ipeesag@ipees.fr) Site : [sophrologie-formation-ipees.com](http://sophrologie-formation-ipees.com)