



## JÉRÔME BALLADUR

### FORMATIONS ET ÉTUDES EN COURS

#### Depuis 2021

Étude de l'hébreu ancien à [l'Institut israélien d'études bibliques](#)

#### Depuis 2020

Études bibliques à l' [Institut Catholique de Paris](#)

#### Depuis 2019

« Vedische Rezitation » avec Anne-Marie Hodges, [www.yoga.de/ria-Hodges](http://www.yoga.de/ria-Hodges)

#### Depuis 2017

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



## FORMATION

### 2019/2020

Post Formation, Efyse, Aix en Provence : Thème « Mudra, Bandha, Kriya »

### 2018/2019

Post Formation, Thème « Indriya-Jaya, approfondir les perceptions sensorielles »

### 2017/2018

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

### 12/2016-10/2017

3 cursus de formation de 12 jours avec le Docteur [Jacques Vigne](#) : Méditation, Yoga et Psychologie, Menton

### 2016/2017

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

### 2012/2016

[Efyse](#), Aix en Provence

### 2012

Yoganidra : [Micheline Flak](#), Paris



## STAGES, SÉMINAIRES ET CONGRÈS

**23-27/10/2023**

Stage « Samantraka : Mantra-Asana-Pranayama-Tatraka-Dhyana » avec Boris Tatzky, Carry le Rouet, France

**20-25/08/2023**

Congrès UEY, « Hridaya, the way of the Heart » Zinal, Suisse

**30/07-04/08/2023**

Stage Fney « Dynamique du corps- Stabilité de l'esprit » avec Boris Tatzky, Viviers, France

**12-14/05/2023**

Seminar « Das Geheimnis des Atems » mit R. Sriram- Wien

**14-20/08/2022**

« Kâla, rythmer son souffle » Jean-Michel Creisméas et Eva Szily, FNEY, France

**25-30/10/2021**

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

**08-10/10/2021**

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

**15-21/08/2021**

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

**30-31/01/2021**

« Colonne vertébrale et énergie vitale » , Boris Tatzky, AYA, France



**06 et 30/11/2020**

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

**26-31/10/2020**

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

**28/10-02/11/2019**

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

**29/07 - 02/08/19**

« Mantra » Jean-Michel Creisméas, Morlaix, France



**19-24/04/19**

Séminaire Professionnel « Hatha/Raja 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

**11-12/01/19**

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

**19-25/08/2018**

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

**10/06-04/07/2018**

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

**06-07/01/2018**

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

**16-21/07/2017**

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

**14-19/04/2017**

séminaire professionnel “yoga-sûtra” études et pratiques : Professeur V.M. Janakiram [KYM](#), Boris Tatzky, Jean-Michel Creisméas, Raphaël Voix – Vogüe, France

**27-29/01/2017**

« Die praktische Psychologie des Yogasutra » Dagmar Shorny, Vienne

**11/2016**

Sud de l'Inde avec Jacques Vigne : méditation, ashram, temples

**21-27/08/2016**

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



**27/06-02/07/2016**

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

**02-04/10/2015**

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

**23-29/08/2015**

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

**03-06/04/2015**

Congrès « Yoga et Ayurveda » France

**03-09/08/2014**

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

**24-26/01/2014**

« Das Verständnis der Wirbelsäule im Hatha-Yoga » Doris Echlin, Vienne, BYO

**04-10/08/2013**

« Du physique au spirituel : les niveaux de progression dans les asanas » [Boris Tatzky](#), Allemagne

**29/03-01/04/2013**

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