

## La Méthode Feldenkrais

La Méthode Feldenkrais offre une approche novatrice et unique d'apprendre l'art d'apprendre en utilisant comme moyen privilégié le mouvement.

Elle questionne et explore la manière dont les facultés sensori-motrices individuelles interagissent avec le monde environnant et s'imbriquent dans des contextes psychologiques et culturels plus larges.

Elle nous invite à développer le sens tactile-kinesthésique qui permet l'émergence de nos capacités dans un registre varié, différencié, affiné et précis.

De l'affinement conscient de ce sens dépend notre manière d'être au monde.

## Programme pédagogique



Les années 1 et 2 de formation mettent l'accent sur l'enseignement des cours collectifs de Prise de Conscience par le Mouvement (PCM), les étudiants ayant complété ces 2 années et validé les supervisions reçoivent un certificat leur permettant de débiter l'enseignement au public, tout en continuant leur formation.

Les années 3 et 4 de formation complètent la formation à la PCM et mettent l'accent sur l'élaboration de leçons d'Intégration Fonctionnelle (IF) et une compréhension approfondie de la structure des leçons mettant en relation la pratique individuelle et collective.

La formation est validée par un Certificat d'Enseignant à la Méthode Feldenkrais, permettant d'utiliser le nom de la méthode et reconnu par les associations Feldenkrais européennes et internationales.

## À qui s'adresse cette formation ?

Ce programme s'adresse à toutes et tous.

Il est aussi destiné aux professionnels de différentes disciplines tels que l'éducation, le sport, les arts et la santé.

**DEVENIR PRATICIEN  
FELDENKRAIS :  
Une nouvelle formation  
commence  
À PARIS EN JUILLET 2025**

## Les Intervenants - Trainers



Sabine Pfeffer - Directrice pédagogique

Elle a été formée à la Méthode Feldenkrais directement par son fondateur, Moshe Feldenkrais. En 1988, elle crée avec sa mère, Myriam Pfeffer, la première école qui forme les praticiens à la méthode en France. Elle enseigne la Méthode en France et dans le monde entier depuis plus de trente ans.



Christine Barrat



Jeremy Krauss



Eilat Almagor



Mara Della Pergola



Patrick Grüner



Yvo Mentens



*Le Balagan'*  
à Vitry-sur-  
Seine (94)

## Calendrier et prix de la formation IFELD X Paris

140 jours répartis sur quatre ans sur les vacances scolaires de Paris (Zone C) - Session de 5 jour à la Toussaint, de 10 jours en février et de 18 jours en juillet.

**Module 1 :** 7 au 26 juillet 2025  
**Module 2 :** 25 au 31 octobre 2025  
**Module 3 :** 23 février au 5 mars 2026  
**Module 4 :** 6 au 25 juillet 2026  
**Module 5 :** 2<sup>ème</sup> sem des vacances scolaires zone C d'octobre 2026 // 7 jours  
**Module 6 :** vacances scolaires zone C février 2027 // 10 jours  
**Module 7 :** 5 au 23 juillet 2027  
**Module 8 :** 2<sup>ème</sup> sem des vacances scolaires zone C d'octobre 2027 // 7 jours  
**Module 9 :** vacances scolaires zone C février 2028 // 10 jours  
**Module 10 :** 3 au 21 juillet 2028  
**Module 11 :** 2<sup>ème</sup> sem des vacances scolaires zone C d'octobre 2028 // 7 jours  
**Module 12 :** vacances scolaires zone C février 2029 // 10 jours

## INFORMATIONS :

[www.ifeld.fr](http://www.ifeld.fr)

[contact-paris@ifeld.fr](mailto:contact-paris@ifeld.fr)

**Lieu de formation :** *Le Balagan'* à Vitry-sur-Seine; un lieu calme et très agréable à proximité du terminus de la ligne 7, métro Villejuif-Louis-Aragon

Programme IFELD IX (2025 - 2028) – LYON

Programme IFELD X (2025 - 2029) - PARIS  
(Cocher la case de la formation souhaitée)

FORMATION FELDENKRAIS POUR PROFESSIONNEL(LE)S  
**FORMULAIRE DE PRE-INSCRIPTION**

*Remplir ce formulaire ne vous engage pas, il nous permet de mieux vous connaître avant de vous contacter pour un entretien, une visite dans notre centre ou un rdv téléphonique*

**NOM & PRENOM :** .....

**ADRESSE :** .....

**CODE POSTAL & VILLE :** .....

**DATE DE NAISSANCE :** ..... **TÉL :** .....

**PROFESSION :** .....

**ADRESSE MAIL :** .....

**COMMENT AVEZ-VOUS CONNU IFELD ? :** .....

**PROFESSION, ETUDES, DIPLÔMES :**

.....  
.....  
.....

**AVEZ-VOUS DES RESTRICTIONS / SITUATION PARTICULIERES ? PROBLEMES DE SANTE ?**

.....  
.....

**NOS FORMATIONS SE PASSENT SUR LYON OU PARIS, AVEZ-VOUS DEJA DES SOLUTIONS POUR :**

- être disponible sur les vacances scolaires zone A pour Lyon
- être disponible sur les vacances scolaires zone C pour Paris
- déplacements pour rejoindre Lyon ou Paris
- logement sur place
- une éventuelle prise en charge / financement

**VOS EXPÉRIENCES FELDENKRAIS : PRATICIENS DE REFERENCE, COURS, STAGES :**

.....  
.....  
.....

**VOTRE PROJET AUTOUR DE CETTE FORMATION :**

.....  
.....  
.....

**A quel moment préférez-vous être contacté ?** .....

→ Renvoyer ce document au choix soit par :

- email à [contact@ifeld.fr](mailto:contact@ifeld.fr)

- courrier postal : IFELD chez Christine Barrat - 9 rue de La Bruyère - 30133 Les Angles