

**Le planning de la session 2027 est en cours de réalisation.**  
**Lieux formation : Nice - Lyon - Distanciel**  
**Journée sensibilisation 17 Octobre 2026 (Nice) ou Novembre (Lyon)**



**Planning 2025-26**  
**formation Ambassadeur**  
**Présentiel (Lieu Centre Anahata, Nice 06)**

|                |                           |      |
|----------------|---------------------------|------|
| - 04 oct 2025  | Nada Danse (Tutti)        | 7h00 |
|                | Posture animateur         | 1h00 |
| - 07 déc 2025  | Nada Danse (Tutti)        | 7h00 |
|                | Posture animateur         | 1h00 |
| - 17 janv 2026 | Nada Danse (Tutti)        | 7h00 |
| - 21 mars 2026 | Yoga (Tutti)              | 3h00 |
|                | Yoga (Ambassadeurs)       | 3h00 |
|                | Posture animateur         | 1h00 |
| - 22 mars 2026 | Nada Danse (Tutti)        | 7h00 |
| - 30 mai 2026  | 21 mars 2026 Yoga (Tutti) | 3h00 |
|                | Yoga (Ambassadeurs)       | 3h00 |
|                | M6 Parfums                | 1h00 |
| - 31 mai 2026  | Nada Danse (Tutti)        | 7h00 |
| - 20 juin 2026 | Yoga (Tutti)              | 3h00 |
|                | Yoga (Ambassadeurs)       | 3h00 |
|                | M6 Parfums                | 1h00 |
| - 21 juin 2026 | Nada Danse (Tutti)        | 7h00 |

**Mai à Juillet 2026 ( Nice et Lyon)**

|                         |                                                          |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|
| - Danse libre M5        | 7h00                                                     |
| - Pédagogie / psycho M4 | 7h00                                                     |
| - Art du toucher M7     | 3h00                                                     |
| - Art du toucher M7     | 10h00 (Journée déjà validée pour les masseurs certifiés) |
| - Evaluation finale     | 7h00                                                     |

# **Planning 2025-26** **formation Ambassadeur** **Distanciel**

Webinaire 1 : 3H00

## **Module 1 – Fondamentaux et philosophie de Nada Danse®**

Octobre 2025

1. Origine et essence de Nada Danse®
  - Historique et évolution
  - Différences avec d'autres formes de danses libres
2. Éthique et charte Nada Danse®
  - Valeurs, respect, inclusion
  - Responsabilités légales et relationnelles
3. Les piliers sensoriels
  - Corps / mouvement
  - Son / vibration
  - Olfaction
  - Art du toucher

Webinaire 2 : 2h00

## **Module 3 – Musique et vibrations**

Novembre 2025

1. Musique et neurosciences
  - Impact des sons et rythmes sur les émotions et le corps
  - Notions d'acoustique et de cymatique
2. Structure sonore d'une séance Nada Danse®
  - Phases d'ouverture, de montée, d'apogée et de retour au calme
  - re-dynamiser ou apaiser des états émotionnels ou énergétiques spécifiques
3. Choix et agencement des morceaux
  - Genres, harmonie, tempi, univers sonores, transitions
4. Matériel et diffusion
  - Gestion technique et qualité sonore

Webinaire 3 : 1h30

## **Module 4 – Pédagogie, psychologie et dynamique de groupe**

Janvier 2026

1. Bases de la psychologie humaniste
  - Carl Rogers, écoute active, validation des ressentis
  - Notions basiques d'observation et d'interprétation des comportements
2. Posture de l'animateur
  - Présence, écoute active, communication bienveillante. Verbalisation, reformulation, feedback positif [Présentiel + Distanciel \(Webinaire\)](#)
  - Gestion de groupe et sécurité [Présentiel + Distanciel \(Webinaire\)](#)

Webinaire 4 : 1h30

## **Module 4 – Pédagogie, psychologie et dynamique de groupe**

Janvier - Février 2026

Suite Webinaire 3

Déterminer et asseoir les compétences, spécificités et expertises de chaque Ambassadeur

Webinaire 5 : 3h00

## **Module 4 – Pédagogie, psychologie et dynamique de groupe**

Mars 2026

Posture Animateur M8 + Déterminer et asseoir les compétences, spécificités et expertises de chaque Ambassadeur M4

Webinaire 6 : 3h00

## **Module 10 Installation, implantation sur un territoire**

Mai 2026

Brainstorming

## **Distanciel**

### **Fiches techniques et supports**

- Origine et essence de Nada Danse®
  - Historique et évolution
  - Différences avec d'autres formes de danses libres
- Ethique et charte Nada Danse®
  - Valeurs, respect, inclusion
  - Responsabilités légales et relationnelles
- Yoga et préparation corporelle
  - Principes du Hatha yoga ; appliqués à Nada danse
  - Pranayamas
  - Asanas : Principe et étude des asanas pouvant s'intégrer à Nada Danse ; Bénéfices, effets, prévention et sécurité
  - Bandhas et mudras classiques
  - Création de séquences adaptées aux publics variés (consignes pour le stagiaire)
- Anatomie appliquée : acquérir les bases fondamentales utiles
- Structure sonore d'une séance Nada Danse®
  - Phases d'ouverture, de montée, d'apogée et de retour au calme
  - re-dynamiser ou apaiser des états émotionnels ou énergétiques spécifiques
- Choix et agencement des morceaux
  - Genres, harmonie, tempi, univers sonores, transitions
- Mécanismes physiologiques de l'odorat
- Lien odeur-émotion-souvenir

### **Accompagnements - coachings**

Dans la limite de 9h00 - Sur rendez-vous