



Annexe 2

Listing des contenus en anatomie et physiologie pour Introductory II

Version 1.0, 23 avril 2017

Lors de la formation, l'accent est mis sur l'acquisition de connaissances anatomiques générales de base. Ces connaissances de base de la structure et des fonctions du corps seront mises en relation avec la pratique du yoga. Les savoirs théorique et pratique seront ainsi associés et liés.

Les thèmes qui seront traités pendant la formation :

Théorie cellulaire et histologie générales

Anatomie de l'appareil locomoteur

- Structure et fonction de la colonne vertébrale et du thorax, muscles du dos et du ventre,
- Os, articulations et muscles de l'extrémité supérieure,
- Os, articulations et muscles de l'extrémité inférieure.

Organes internes, leur structure et leur fonction spécifique

- Le cœur et le système cardiovasculaire
- Les poumons et la respiration
- L'appareil digestif
- Le système urinaire

Systèmes nerveux et endocrinien, leurs structures et fonctions

- Systèmes nerveux central, périphérique et autonome
- L'hypothalamus, l'hypophyse, la thyroïde et les glandes surrénales

Anatomie féminine et masculine

- Appareils génitaux et plancher pelvien
- Connaissances de base du cycle de menstruation et de la grossesse