



INSTITUT de  
FORMATION des  
**SOPHROLOGUES**  
PROFESSIONNELS

# FORMATION DE SOPHROLOGUE PROFESSIONNEL

## Planning Promotion P17 - Mai 2025

*DOCUMENT RÉFÉRENCE : P17-2025-05-PLANNING-SOPHROLOGUEPRO\_V01 MAJ LE 28/11/2024*

Siège Social : IFSP 5, avenue Pierre Louve - 38080 L'Isle D'Abeau  
Tél. : 06 25 45 92 85 / Mail : [contact@ifsp-lyon.fr](mailto:contact@ifsp-lyon.fr)  
SAS au capital de 5 000 € - SIRET : 818 337 339 00027, RCS de Vienne – Code APE : 8559A

[WWW.IFSP-LYON.FR](http://WWW.IFSP-LYON.FR)

Organisme de formation enregistré auprès de la DREETS sous le n° 84 38 06279 38



# PLANNING

## Sophrologue Professionnel

Projet - Promotion P17 - Mai 2025

### Module 1

- ▶ **Présentiel : du 16 au 18 mai 2025**  
3 jours  
Initiation aux bases de la sophrologie  
Le premier degré - Première partie
- ▶ **E-learning** : Physiologie de la respiration - Histoire de la sophrologie

### Module 2

- ▶ **Présentiel : du 20 au 22 juin 2025**  
3 jours  
Le premier degré - Deuxième partie
- ▶ **E-learning** : Bases d'anatomie - Cerveau et système nerveux, les bases

### Module 3

- ▶ **Présentiel : du 12 au 14 septembre 2025**  
3 jours  
Le deuxième degré - Entraînement IPS
- ▶ **E-learning** : Physiologie des sens

### Module 4

- ▶ **Présentiel : du 10 au 12 octobre 2025**  
3 jours  
Le troisième degré - Première partie  
Entraînement animations courtes
- ▶ **E-learning** : La mémoire

### Module 5

- ▶ **Présentiel : du 14 au 16 novembre 2025**  
3 jours  
Le troisième degré - Deuxième partie  
Ancêtres et cousins de la sophrologie
- ▶ **E-learning** : La conscience en Sophrologie  
Informations sur le stage d'application en collectif

### Module 6

- ▶ **Présentiel : du 12 au 13 décembre 2025**  
2 jours  
Entraînement animations de pratiques, degrés 1 et 2
- ▶ **E-learning** : Les bases du stress

### Module 7

- ▶ **Présentiel : du 23 au 25 janvier 2026**  
3 jours  
Le quatrième degré

### Module 8

- ▶ **Présentiel : du 25 février au 1er mars 2026**  
5 jours  
Professionalisation : le groupe, la création de modules, les pratiques combinées  
Entraînement animations de pratiques, degrés 3 et 4

### Module 9

- ▶ **Présentiel : du 27 au 29 mars 2026**  
3 jours  
Applications spécifiques : les émotions
- ▶ **Visio** : Entretiens individuels de suivi de formation

### Module 10

- ▶ **Présentiel : du 17 au 19 avril 2026**  
3 jours  
Applications spécifiques : le stress
- ▶ **E-learning** : Information sur la phénotypologie

### Module 11

- ▶ **Présentiel : du 09 au 10 mai 2026**  
2 jours  
Mises en situations professionnelles reconstituées : Evaluations de pratiques degrés 1 à 4

### Module 12

- ▶ **Présentiel : du 05 au 07 juin 2026**  
3 jours  
L'accompagnement individuel - 1ère partie

### Module 13

- ▶ **Présentiel : du 02 au 05 juillet 2026**  
4 jours  
L'accompagnement individuel - 2ème partie  
L'installation professionnelle - 1ère partie

### Module 14

- ▶ **Présentiel : du 11 au 13 septembre 2026**  
3 jours  
L'installation professionnelle - 2ème partie

### Module 15 :

- ▶ **Présentiel : du 09 au 11 octobre 2026**  
3 jours  
Applications spécifiques : le sommeil

### MSPR (Mise en Situation Prof. Reconstituée):

- ▶ **Présentiel : Entre le 04 et le 05 décembre 2026**  
2 heures  
Mise en situation professionnelle reconstituée : l'entretien individuel client