



B'YOGA
SANTÉ

2ÈME ÉDITION « RENCONTRE YOGA ET BIEN-ÊTRE À SOLEILMONT »

ATELIER : Yoga Egyptien

PROF : Christine

DESCRIPTION DE L'ATELIER

le yoga égyptien ou yoga des pharaons facilite la pratique du hata yoga, il peut être considéré comme un pré-yoga . Cette pratique ramène tout à la colonne vertébrale, axe qui fait le lien entre le ciel et la terre. La base de cette pratique est le chandelier. C'est un yoga qui propose de fréquenter les différents stades de l'évolution et d'éveiller l'homme à une conscience vers des sphères supérieures.

PRÉSENTATION DU PROF

Formée en éducation physique et en danse, je propose des cours de pilates en m'appuyant sur mon expérience personnelle ainsi que des cours de hata yoga. J'approfondis actuellement mes connaissances en suivant la formation de L'ABEPY sous la direction de Jean-Claude Honoré.