Bonjour à toutes et à tous !

Bienvenue sur ma page











J’ai sélectionné une petite vidéo sympathique et légère sur les chakras et que je souhaiterais partager avec vous.

Découvrons ensemble ces fameux chakras de la tradition indienne, ceux-là mêmes qui nous interpellent au coeur de notre pratique du yoga de l’énergie.

YouTube

[+]

Qui suis-je

Je vit à Breuil-Chaussée, je suis professeur de yoga. J'enseigne dans le Nord des Deux-Sèvres.

Dans un entretien accordé au Courrier de l'Ouest, j'explique "que le yoga fait partie de moi. Le yoga permet de me poser. Il a beaucoup à nous apprendre sur nous-mêmes. C'est le calme intérieur, l'arrêt de l'agitation du mental, de toutes les pensées parasitaires".

Mon curriculum vitae

Téléchargez mon pdf ici

Consultez mon cv ci-dessous

[+]

Atelier

L'axe de vie : l'axe vertébral !

Lorsque j'enseigne j'aime approfondir certains concepts. Je vous présente donc un de mes ateliers, L'axe de vie: l'axe vertébral.

Presse

- Sylvie Schmitt dans le courrier de l'ouest

Téléchargez le pdf

[+]

Liens intéressants

[+]

Pages reliés à celle-ci

8 pages link to SylvieSchmitt

- Pays
- Joelle-Anne Prat
- 2019
- InfoLettreNo33
- International
- SylvieSchmitt
- YogaElle
- Grenoble