

ANNICK RUAUDEL

Annick est une enseignante de Hatha Yoga diplômée de la FFHY (Fédération Française de Hatha Yoga).

Après une formation théâtrale et danse théâtre, Annick exprime son talent de dessinatrice en établissant des cartes à l'encre de chine, utilisant la technique des lavis dans un atelier d'estompage, à l'Institut Géographique National. Ce qui ne l'empêche pas de poursuivre sa passion pour le théâtre en montant sur scène jusqu'au Canada.

Des courbes aux lignes de ses dessins se mêlent les mouvements du corps à travers le jeu de la comédie et l'art de la danse. Sa sensibilité la conduit vers le yoga « danse cosmique » comme toutes ses rencontres tissent son chemin.

En 1982 elle commence sa formation de yoga à la FFHY avec Shri Mahesh et obtient son diplôme en 1986.« Cette rencontre fut déterminante, c'est cela qui maintient dans la ferme volonté d'être avec humilité les passeurs de cet enseignement véridique et originel qui nous emporte vers la connaissance et l'union. »Annick

Les années qui suivent, tout en se perfectionnant auprès de Shri Mahesh, Annick débute sa transmission du Hatha Yoga.

Elle guide de très nombreux cours en entreprise, en association à Paris et en province. Annick intervient également au sein de l'équipe pédagogique de la Fédération Française de Hatha Yoga pour la formation des élèves professeurs selon la tradition Shri Mahesh.