

COLINE JOUVENOT

Coline est une jeune enseignante de Hatha Yoga qui s'inscrit dans la lignée du yoga traditionnel de Shri Mahesh, actuellement en fin de formation auprès de la FFHY (Fédération Française de Hatha Yoga).

Issue d'une formation de danse classique (Diplôme du conservatoire régional de la Réunion 2005), et passionnée de cirque (contorsion et acrobatie aérienne), elle pratique et étudie le yoga depuis une dizaine d'années déjà.

Elle est aujourd'hui trésorière de l'association EPY CENTRE (Paris 14e) qui donne des cours hebdomadaires de hatha yoga et des ateliers de 3h en weekend, dans un esprit convivial qui anime le quartier et dans le respect de la transmission d'un yoga traditionnel.

CORINNE CAMPAGNE

Corinne est une enseignante de Hatha Yoga diplômée de la FFEY (Fédération Française des Enseignants de Yoga) et certifiée par la FFYE (Fédération Française de Yoga Enfant).

Ancienne agent d'escale à Orly avant d'atterrir dans la main du Yoga en 2000. Elle a commencé à transmettre aux enfants en 2012.

Passionnée de danse classique et de surf, la pratique du hatha yoga s'est révélée comme la madeleine de Proust. Peut-être recherchons nous toujours un écho à notre passé, un passé intérieur comme l'empreinte de notre âme...

La même magie, le même sentiment d'apaisement et de libération.

Équilibre et souplesse fusionnent avec la respiration et l'accompagnent. Attentive au souffle, présente au mouvement du corps, le regard concentré et détaché à la fois sur l'horizon réel ou fictif. Subtil mélange de contractions et de relâchements successifs.

Le contrôle dans la détente, la vigilance dans le laisser aller, cette alliance antinomique et gage d'harmonie...

Ce n'est pas le hasard qui guide mais l'évidence d'une nécessité vitale.

Corinne enseigne actuellement aux adultes et aux enfants tout en assurant la présidence de l'association EPY CENTRE (Paris 14e 58 rue M.Ripoche) ainsi que la Section Yoga du Cmom à Morangis 91420.