

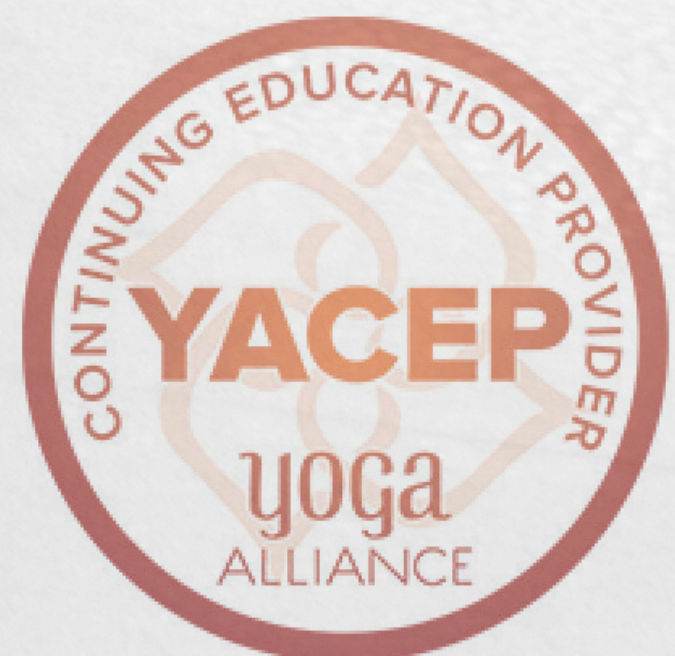


PUREEQUILIBRE.COM

FORMATION 15 HEURES

YOGA SUR CHAISE

avec Dandy Thibodeau
9 et 10 AVRIL 2022



- Avec **Dandy Thibaudeau** (RYT 500-YACEP)

- 15 heures

- Date de la prochaine formation :
9 ET 10 AVRIL 2022

- Accréditée Yoga Alliance

- Prix 300,00\$ prévente jusqu'au **30 janvier 2022**/
350,00\$ après le **30 janvier 2022**



-
- Le Yoga sur chaise s'adresse à une clientèle en milieu de travail, d'apprentissage ou ayant un espace restreint pour pratiquer, mais aussi aux personnes âgées, enceintes, en surpoids, en réadaptation, souffrant de maladies dégénératives, de blessures ou d'un handicap...
 - Le yoga sur chaise se pratique en studio, à la maison, en entreprise, à l'école, dans les centres de formation, en résidence pour aînés, en CHSLD, etc.
 - C'est une méthode adaptée d'enseignement avec une multitude de possibilités qui peut se pratiquer en groupe ou lors de cours privés ou semi-privés. Devenez enseignant en Yoga sur chaise et multipliez vos possibilités d'emploi!
 - Les positions de yoga traditionnelles seront adaptées à chacun de façon accessible et efficace, afin d'en retirer tous les bénéfices tout en limitant les impacts et la pression sur les articulations. Vous découvrirez ou redécouvrirez plusieurs pratiques de yoga sous un jour nouveau et de nombreux outils afin de diversifier vos séquences et de proposer des pratiques pertinentes selon votre clientèle ou vos besoins spécifiques.
 - Cette formation s'adresse aux enseignants de yoga certifiés 200hrs ou à toute personne désirant s'initier au yoga sur chaise.
 - Pour information ou inscription: **info@purequilibre.com**