

# Happy Yoga Days 2024

## Les enseignants



**Barbara Notheis** [linktr.ee/barbara\\_byoga](https://linktr.ee/barbara_byoga)

Certifiée en Sivananda Hatha, Ashtanga Vinyasa Yoga, Yoga Thérapie Hormonale et Yoga pour Femmes Enceintes, je propose des séances et retraites de yoga en ligne et en présentiel - soit dans l'Yonne soit sur l'Île de Groix (été).

**Claire Simon** [claire2lunes.fr/vibrations/](https://claire2lunes.fr/vibrations/)

Je pratique le yoga et la méditation depuis plus de 10 ans. Je me suis formée à la méditation bouddhiste et la méditation de pleine conscience (MBSR). Depuis quelques années, j'explore la pensée taoïste qui nourrit ma pratique et les ateliers que je propose, en reliant les pratiques spirituelles au corps et à notre place sur terre.



**Dominique Pagnoux**

Professeur de Hatha Yoga en formation avec Édith, j'interviens bénévolement dans une association locale depuis 2 ans.

Passionnée par le développement personnel j'aime mélanger les deux univers.

**Edith Grante** [yogaavecedith.com](https://yogaavecedith.com)

Formée en Hatha et Iyengar Yoga, Yoga Thérapie, yoga pour les enfants, Yoga et Ayurveda, yoga intégral, j'enseigne depuis plus de 20 ans, un yoga adapté au quotidien et à l'individu. J'aime partager la sagesse du yoga et de l'ayurveda pour le mieux-être de chacun, et de ce monde.



**Hélène Daude** [yogattitudefrance.fr](https://yogattitudefrance.fr)

Diplômée de l'Institut Français de Yoga depuis 2002, j'enseigne le yoga et le chant védique. C'est un yoga de la bienveillance que je propose, chaque mouvement se fait en pleine conscience, guidé par le souffle. Il s'agit de goûter la posture et de se rendre disponible à l'écoute des sensations.

**Jeanne Lecuyer**



**Sylvie Chauvet** [leyogaparcriture.com](https://leyogaparcriture.com)

Diplômée de l'Institut Français de Yoga, j'enseigne depuis 2017 à Rambouillet. À la même période, j'ai découvert l'Inde où je propose des stages de yoga deux fois par an. Je suis en constante formation auprès d'ashram indiens afin de garder le lien avec la source philosophique du yoga que j'ai à cœur de transmettre. Pour moi le yoga est autant sur le tapis qu'en dehors du tapis.

**Tony Dare**

Tony est né à Londres et vit en France depuis 1998. Il débute sa pratique à l'école de Sivananda avant de rencontrer la lignée de Madras (Viniyoga), dans laquelle il suit une formation de 4 ans à l'École française de yoga. Puis il renforce ses connaissances dans la lignée Iyengar et combine ces deux systèmes dans son enseignement.