

Calendrier des stages Année 2022-2023

15 octobre 2022

Unité corps-cœur-esprit : comment la retrouver

Catherine Ternaux

19 et 20 novembre 2022

Les fascias

Anne Debreilly

25 et 26 février 2023

L'orientation de l'esprit dans la pratique, le Bhavana

André Mesquida

18 et 19 mars 2023

Energie et prana

Marie-Françoise Garcia

1^{er} avril 2023

Comment le yoga peut développer notre attention dans la vie quotidienne

Christian Krackowski

Ces stages sont proposés par l'association
IFY Poitou-Charentes

D'autres stages peuvent être directement proposés par
les professeurs de l'association.

Les contacter pour plus de renseignements

L'association régionale IFY Poitou-Charentes est l'une des 13 associations régionales regroupées au sein de l'Institut Français de Yoga (IFY), fédération créée en 1983, membre de l'Union Européenne de Yoga (UEY).

Puisant dans l'enseignement des maîtres indiens Krishnamacharya et T.K.V. Desikachar, l'IFY présente un yoga à la fois postural, énergétique et méditatif, dans le respect de la tradition et de l'individu.

À consulter : www.ify.fr

Créé en 1989 l'IFY Poitou-Charentes rassemble pour cette année 2022, 462 adhérents dont 30 professeurs et 4 élèves en formation dans 6 départements.

L'adhésion à l'association permet de :

- Participer aux activités proposées pendant l'année : conférences, ateliers, stages
- Recevoir deux fois par an **Pas à pas**, le journal de l'association
- Profiter de la bibliothèque de l'association.

Le yoga : une pratique, un état d'être, un art de vivre au quotidien.

En cours collectif comme en cours particulier, postures, exercices respiratoires et temps de méditation sont combinés afin d'aller vers plus d'équilibre, de présence et de liberté.

Prendre un temps pour soi
Associer effort juste et détente
Vivre pleinement chaque instant

**Ce n'est pas la personne qui doit s'adapter au yoga mais
le yoga qui doit se mettre au service de la personne**

Consultez notre site régional : www.ifypc.fr



**Annuaire des professeurs
diplômés de l'IFY
Année 2022 - 2023**

**Charente
Charente-Maritime
Corrèze
Deux-Sèvres
Haute-Vienne
Vienne**



« Le succès du Yoga ne réside pas dans la capacité à effectuer des postures mais dans la façon dont il change positivement notre vie et nos relations »

TKV Desikachar

Charente

Ballet Valérie
Hiersac
06 37 07 10 51 - manbal2@wanadoo.fr

Baron Maïté
Brie
05 45 69 96 61 - baronmaite@orange.fr

Chaumont Marie-Laurence
Soyaux
06 86 67 72 89 -marie-laurence.chaumont@orange.fr

Combeau Chantal
Ruelle
06 07 94 70 01 - chantal.combeau0866@orange.fr

Denelle Isabelle
Roussines
06 78 30 81 96 - isadengb@yahoo.fr

Gaboraud Eddy
Aussac Vadalle - Mansle - Montignac
06 75 66 00 86 - edgab21@free.fr

Garguilo Claudine
Angoulême - Balzac - Genac - Gond-Pontouvre
06 10 39 02 78 - claudine.garguilo@wanadoo.fr

Hyenne Sylvie
L'Isle d'Espagnac- Mouthiers sur Boème
06 76 04 44 01 - sylvie.hyenne0804@orange.fr

Jolly Geneviève
Rouillac
06 32 66 07 50 - genevieve_jolly@yahoo.fr

Kraczkowski Christian
Fleac
06 09 15 97 62

Moorsom Dominique
Montbron – Roussines
05 45 23 25 25 - dominique.moorsom@gmail.com

Nowak Christiane
Champniers
06 12 57 83 82 - christiane.nowak20@orange.fr

Verbois Monique
Magnac sur Touvre
05 45 69 02 00 - moniqueverbois@gmail.com

Charente-Maritime

Bati Marion
La Rochelle
06 61 13 79 04 - nouveausouffle1@gmail.com

Billon Annaïg
Saintes
06 71 51 26 32 - annaig.billon@laposte.net

François Véronique
Saint-Martin de Ré (cours coll).- Ste Marie (cours part.)
06 66 12 02 45 - av.francois@orange.fr

Giraudon Sylvaine
Saint- Pierre la Noue - Genouillé
06 16 98 95 14 - site : sylvaine-yoga.com
sylvaine.yoga@gmail.com

Journo Franck « l'Atelier du Corps »
La Rochelle - Ile de Ré
06 28 33 61 23 - info@latelierducors.org

Journo Anne « l'Atelier du Corps »
La Rochelle
06 66 62 76 77 - info@latelierducors.org

Vivier Fabienne
La Rochelle
06 27 26 55 89

Deux-Sèvres

Boche Dominique
Bressuire
06 80 62 80 58 - domi.boche@laposte.net

Giraudon Sylvaine
Mauzé le Mignon
06 16 98 95 14 - site sylvaine-yoga.com
Sylvaine.yoga@gmail.com

Gautier Jean-Philippe
Niort - Sansais - Soudan
Yoga.home79@orange.fr

Guilloteau Marie-Thérèse
Saint Varent - Luché Thouarsais
05 49 67 61 63 - mth.guilloteau@free.fr

Péquin Françoise
Parthenay
05 49 64 32 54 - pequinfr@cc-parthenay.fr

Vienne

Arthur Jean-Claude
Châtelleraut - Chauvigny - Poitiers
06 86 86 47 08 - arthurjc@orange.fr

Delage Céline
Poitiers quartier Chilvert
06 11 52 96 06 - site : yogasvadhya.net
celine@yogasvadhya.net

Haute - Vienne

Ducrocq Monique
Chateauneuf la forêt - Chazetas - Bujaleuf
07 88 28 71 35 - ducrocq.monique@gmail.com

Corrèze

Oudot Christine
Allasac Foyer culturel
06 72 87 64 42 - chrisoudot@laposte.net



Armelle Fougeras et Eddy Gaboraud
Co-présidence IFY Poitou-Charentes
136, route de Voeuil
16400 - La Couronne
06 51 66 93 03
armellefougeras@gmail.com & egab21@free.fr
www.ifypc.fr