

YOGA BIO

Marie-Pière

Créativité, positivité et dynamisme caractérise Marie-Pière. Elle croit en un mode de vie sain et équilibré. Depuis plus de 25 ans, elle œuvre comme productrice dans le milieu publicitaire. En 2002, elle intègre le yoga dans sa routine afin de mieux gérer le stress et de maintenir un sain équilibre du corps et de l'esprit. Elle s'appuie beaucoup sur la médecine intégrative et alternative pour la promotion et le maintien d'une santé globale et optimale.

Avec plus de 20 ans de pratique de yoga personnelle, elle obtient sa certification YTT. Elle est inspiré de ses années de danse pour créer des séquences de Yoga fluide et dynamique en utilisant la musique en trame de fond pour enrichir l'expérience et apporter une profondeur et une douceur dans le moment.

Dotée d'une curiosité et d'une envie de bonifier sa pratique, de nouvelles connaissances et pratique s'ajoute à son bagage telles que : la PNL, la médecine ayurvédique et l'aromathérapie, pour n'en nommer que quelques-unes.