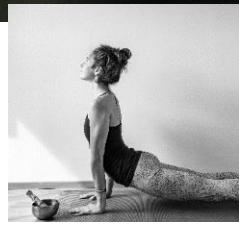




Professeure de Yoga (Vinyasa, Hatha, Yin, Yoga pré et post-natal)



33 ans ● 287, chemin de la conche 01300 Peyrieu ● www.juliettemarchalyoga.com ● 06 37 99 73 03 ● juliettemarchalyoga@gmail.com ● @juliettemarchalyoga

FORMATION (+ de 500hrs)

200hrs RYT YOGA Alliance Double diplôme Vinyasa & Hatha Yoga

2018 - *Yoga Vision* (Paris 11e)

50hrs YACEP Yin Yoga

2019 - *(Gemma Vassallo)*

100hrs - Yoga & Anatomie

2021 - *Yoga Inari*

10hrs YACEP Anatomie de la hanche et de la ceinture pelvienne

2022 - *Ayu Yoga School*

20hrs YACEP Histoire et philosophie du Yoga

2023 - *Ayu Yoga School*

40hrs YACEP Méditation et Gestion du stress

2023 - *Zenspace*

35hrs - Yoga pré et post natal

15hrs - Yoga Séniors

15hrs - ABC du Périnée

14hrs - Abdominaux avancés au tapis

21hrs - Sangles, enchaînements et torsions

2020 à 2024 - *Institut Bernadette De Gasquet*

40hrs YACEP - Anatomie appliquée au yoga

2025 - *Ayu Yoga School*

30 jours - Retraite, Programme « Yoga Holidays »

Août 2023 - *Ashram Sivananda - Kerala, Inde*

COURS ENTREPRISES

ATELIERS

Depuis sept. 2018

Cours collectifs, tous niveaux Séminaires & Team-Building

BIOCOOP SIÈGE - Paris 16e

Sept. 2018 - Juil. 2019

SEMJI - Lyon 9e

Sept. 2019 - Sept. 2020

GROUPAMA - Lyon 9e

Sept 2021- Juin 2022

NOTAIRES CHEUVREUX - Lyon 3e

Depuis Sept 2022

SIA PARTNERS - Lyon 2e

Sept 2022 - Sept 2024

MAROQUINERIE DE BELLEY

Depuis sept 2024

COURS STUDIOS

Depuis Sept. 2019

YOGA VINYASA, HATHA, YIN YOGA, YOGA NIDRA

Small Yoga Pilates - Lyon 2^e

Dojo Massena - Lyon 6^e

Mroc Part-Dieu - Lyon 3^e

Oyosoy - Lyon 1^e

Ananas & Asanas - Lyon 7^e

Le Tigre Yoga - Lyon 2^e

Yoga Korner - Lyon 2^e

COURS PARTICULIERS

YOGA HATHA, VINYASA, PRÉNATAL ET POSTNATAL, YIN, GESTION DU STRESS ET MÉDITATION - depuis sept. 2018

RECHERCHES & PRODUCTIONS

« Yoga solidaire : s'ouvrir à soi et aux autres »

« La gestion du stress au travail par le yoga »

ATELIERS

Depuis sept. 2018

Stage « Yoga & Anatomie » - 15hrs

Formation « Accompagnateur Yoga » - 30hrs

Dojo Lyon Masséna

« Booster sa vitalité grâce au yoga »

« Développer force & ancrage »

Yoga Vision, Paris 11e

« Yoga détox »

Mroc Part-Dieu, Lyon 3^e

« Yoga & sport, le duo gagnant »

« À la découverte du Yin Yoga »

« Hanches : détendre, assouplir »

Small Yoga Pilates - Lyon 2^e

« Yoga Yin & Yang »

« Aroma Yoga »

Yoga Korner - Lyon 1^e

« Yoga des femmes »

Louty, atelier privé, Lyon 2^e

« Yoga solidaire »

Epicerie solidaire Epicentre (Lyon 8) & Ressourcerie en insertion Belley (01)

STAGES

Organisation de 4 stages par an (Isère, Loire, Rhône, Ain) Depuis 2020 :

Accueil d'un groupe de 15 à 20 élèves au sein d'une structure de loisirs (chambres d'hôtes, gîte etc.)

Animation des séances (yoga, relaxation, méditation, techniques de respiration)

Organisation logistique de l'événement, planning, hébergement, restauration, retour d'expérience, etc.

COURS EN LIGNE

Plateforme de yoga en ligne www.juliettemarchalyoga.com

Cours hebdomadaires en ligne, ressources documentaires,

bibliothèque de vidéos, audios de méditation & relaxation,

conseils personnalisés