



ELODIE LIVAS

PROFESSEURE DE YOGA



PROFESSEURE DE YOGA

Passionnée par l'art du mouvement, je m'intéresse depuis toujours aux pratiques telles que la danse, la gymnastique ou le yoga. J'ai approfondi la découverte de cette dernière discipline il y a 10 ans et j'ai commencé à m'y former en 2017. De pratiques dynamiques, telles que l'ashtanga ou le vinyasa, aux pratiques plus douces, telles que le yin yoga, en passant par des pratiques plus ludiques comme la ginastica natural, j'aime transmettre et partager mon expérience dans la simplicité et la bonne humeur avec ma communauté d'élèves.

QUALIFICATIONS

- Gestion de groupes
- Création de cours adapté à différents publics
- Organisation d'événements
- Communication

COORDONNÉES

Téléphone : 06-84-19-22-34

E-mail : heloyogapau@gmail.com

Site : www.heloyoga.com

Instagram : @heloyoga

Adresse : 14 impasse Moncade, 64410 POULIACQ

EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE

Cours collectifs

STUDIO DE YOGA PRIVE & SALLES DE SPORTS

- Depuis 2018, cours de yoga (ashtanga, vinyasa et yin) et ginastica natural dispensés chaque semaine à des groupes d'élèves de 5 à 15 personnes sur Serres-Castet (Orange Bleue, CrossFit Atlanlante) et Bizanos (Stade d'eaux vives)

Cours privés / en entreprise

- Cours privés de 1 à 15 personnes ou en entreprise sur demande

Événements

ROXY & QUIKSILVER

- Professeure ambassadrice du groupe, j'interviens dans leurs différents événements : cours en magasin, cours géant sur la plage lors du Quiksilver & Roxy Pro depuis 2017, organisation de weekend Trail & Yoga l'été et Ride & Yoga l'hiver.

DIVERS

- Événements divers type Yoga & Brunch sur demande (Halles de Pau en Juin 2020, La Forge Moderne en Septembre 2018 ...)

FORMATION PROFESSIONNELLE

Yoga

- *ECOLE FRANÇAISE D'ASHTANGA VINYASA YOGA (CERTIFIÉE YOGA ALLIANCE RYT 200H) - 2017*
- *SUP FIT YOGA TEACHER TRAINING - SARAH HÉBERT - (50H) - 2017*
- *YIN YOGA FRANCE (FORMATION D'ENSEIGNANT 50H) - 2018*
- *ASHTANGA YOGA MANJU JOIS - BARCELONE (50H) - 2019*
- *VINYASA MATHIEU BOLDRON (30H) - 2019*
- *ASHTANGA YOGA - KINO MACGREGOR - BALI (30H) 2020*
- *YOGA NIDRA FRANCE (30H) - 2020*

Ginastica Natural

- *CERTIFICATION LEVEL 1 - ALVARO ROMANO - 2019*

AUTRES COMPÉTENCES

Curieuse et touche à tout dans le domaine du sport (montagne, trail, surf, CrossFit), j'ai acquis une bonne compréhension des besoins des élèves et j'aime adapter mes séances aux besoins spécifiques des pratiquants.

