



Odette de BARROS

CERTIFICATIONS YOGA

certification 20 heures

« yoga seniors »

et 20h « yoga handicaps et troubles »

chez *YogaPassion*

certification 300 heures Yin Yoga – Yoga de la
femme – Ayurveda – Gestion du stress chez
Yoga Vision - RYT 300 Yoga Alliance

20h stage chez *Fly Yoga -*
YACEP Yoga Alliance

certification 200 heures

Hatha - Vinyasa Yoga chez *Yoga*
Vision - RYT 200 Yoga Alliance

8 semaines programme MBSR

(Pleine conscience)

du *Dr Jon Kabat Zinn*

EXPÉRIENCES

Professeur d'**Hatha Yoga** enfants,
adultes, familles sur *Asnières* depuis
2016 en *associations sportives*