

ANNA OSSIPOVITCH

Praticienne en Yoga et Yogathérapie



3 Place Bertone, Lyon, 69004
0788833622
annaossipovitch@gmail.com / annao-yoga.com

Pratiques et approches

Travail postural (Asanas)	Vinyasa Yoga (dynamique)
Exercices de respiration (Pranayama)	Hatha Yoga (détente)
Techniques de relaxation	Yogathérapie
Méditation de pleine conscience/Vipassana	Yoga Restauratif

Séances individuelles et en groupe, tous niveaux
Interventions en entreprise
Yoga pré et post natal / Yoga pour les enfants
Ateliers stages et conférences à thème
Possibilité de cours en Anglais

Parcours professionnel

Septembre 2018-Actuel: **Cours de Yoga en entreprise (Origo, Lyon 7)**

Septembre 2017 - Actuel: **Cours de Yoga adaptés, INSERM, Bron**

Septembre 2016 – Actuel : **Professeur de Yoga / Yoga thérapeute en auto-entreprise, Annao-yoga, Lyon**
Cours individuels ou en groupes, Vinyasa Yoga, Hatha yoga

Janvier 2017 – Actuel : **Professeur de Yoga, Lyon Arts Dance Center, Lyon**
Cours hebdomadaires de Vinyasa en grands groupes, avec thématiques adaptées.

Septembre 2016 – Actuel : **Professeur de Yoga, MJC Laennec-Mermoz, Lyon**
Pratique hebdomadaire de Hatha

Formation

2018: **Formation MBSR (Méditation de pleine conscience), Lyon I**

2018 - **Diplôme en Yogathérapie, Institut de Yogothérapie, Paris**

2015 : **Formation certifiée de Hatha Yoga (200 heures), Agama Yoga, Thaïlande**

2015 : **Formation certifiée en ligne, Yogathérapie,**
The Integrative Yoga Therapeutics Online Continuing Education Course

2013 : **Diplôme de Professeur de Yoga, Studio Gérard Arnaud, Paris**

2005 : **Master 2 en littérature comparée, Sorbonne, Paris**

2007 : **Master en Français Langue Etrangère, Sorbonne, Paris**

2006 – 2015 : **Enseignement du Français Langue Etrangère (FLE) en France et à l'étranger**