

5 MOIS POUR MANIFESTER  
AMOUR, JOIE ET LEADERSHIP DANS VOS PROJETS

# Yoga coaching circle



## SORTIR DU SPLEEN ET DE LA SOLITUDE

- Développer des **projets ambitieux** : nouveaux clients, offres en entreprises... cycle de cours, retraites, formations...
- Libérer votre **créativité** de façon subversive, surprenante et joyeuse au sein de cercles de femmes (et d'hommes)
- Renforcer la **communauté** des professeurs de yoga, nouer des relations profondes et de nouvelles collaborations : partage de connaissance, réseau, soutien et action collective.

## YOGA ET AYURVÉDA FOR THE WORLD

- Relever les grands défis de notre temps et se mettre au service de **causes nobles et justes**
- Entraîner et partager nos capacités à prendre soin de notre **santé**, développer notre **résilience**, ouvrir notre **cœur** et partager notre **amour**

## CERCLES DE LEADERSHIP

Le parcours Yog'Accélérateur est animé sur le principes des cercles de leader, ou mastermind, des temps d'échange, de partage et de solidarité réguliers autour des besoins des participant(e)s. Il s'articule autour de

- **5 étapes du succès** : Confiance en soi, - Estime de soi - Agilité - Goût de l'action - Culture des succès
- **5 piliers de l'ayurvéda** : Alimentation - Santé - Résilience - Créativité - Amour
- **5 pratiques de yoga** : Méditation - Asanas - Pranayama - Visualisation - Joie

5 MOIS POUR MANIFESTER  
AMOUR ET LEADERSHIP DANS VOS PROJETS

# Yoga coaching circle

## ENGAGEMENT ET RESPONSABILITÉ

L'essentiel de l'efficacité de ce type de processus tient à la dynamique de groupe. Les participants s'engagent donc à suivre l'ensemble du processus :

- **5 rencontres en physique** (zoom possible pour les personnes habitant en dehors de Paris)
- **4 rencontres zoom** en équipe de 5 personnes auto-animées en mode Codev / Cas clinique

## TARIF - PUBLIC

- Le parcours est **gratuit à l'occasion de cette session pilote**
- Vous pouvez inviter un(e) prof. de yoga externe

## INSCRIPTION

Envoyez un email à [contact@yoga-vision.org](mailto:contact@yoga-vision.org)

## DATES ATELIERS

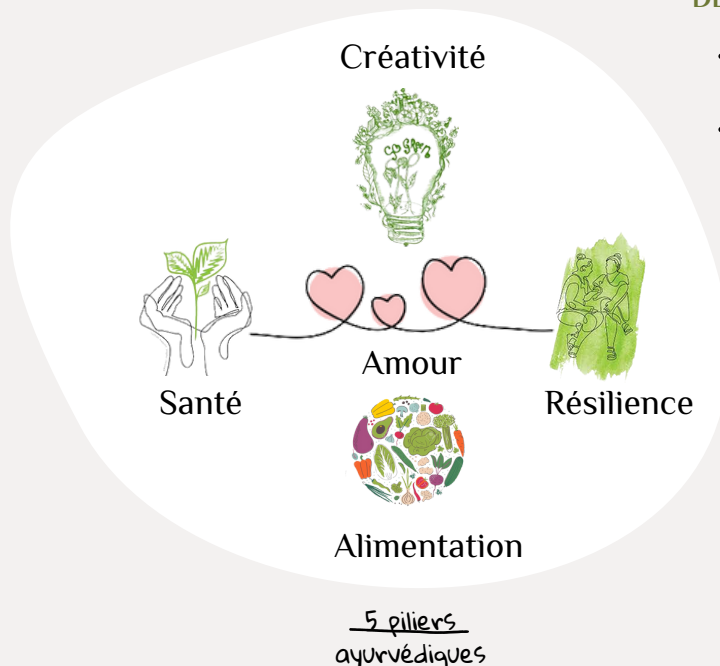
- 24 février - 19h-21h30
- 24 mars - 19h-21h30
- 21 avril - 19h-21h30
- 26 mai - 19h-21h30
- 23 juin - 19h-21h30

## RENCONTRES ZOOM ET ACCOMPAGNEMENT

- **Les rencontres zoom** ont lieu "entre deux" rencontres physiques. Une par mois. Chaque groupe est libre de les animer une fois par semaine si il le désire.
- Ricarda et Eric sont joignables pour des temps de **coaching, de soutien ou conseil** par mail ou téléphone

## DES OUTILS DE SOUTIEN

- **Supports pédagogiques** : Fiches outils (projet, codevt, coaching, CNV...), ayurvéda et yoga
- Des **espaces de partage** d'outils et méthodes (Trello, Whatsapp)



LIBÉRER LE FEU, PARTAGER AMOUR, FORCE ET COURAGE