

Emmanuel Poirot

Site internet	https://dojodeveilleil.fr/
Page Facebook	hatha.yoga.grenoble
Tarif licence/adhésion	<p>Pour toutes les activités au Dojo de l'éveil : yoga et/ou Pilates et/ou Qi Gong ect...</p> <ul style="list-style-type: none">- séance collective : inscription au trimestre 140€ et à l'année 350€- séance individuelle : 30€ (30 à 45 minutes) ou un forfait de 5 séances pour 130€
Facilité de paiement	Paiement en plusieurs fois

Yoga thérapie

Public cible	<ul style="list-style-type: none">- Personnes diabétiques- Personnes âgées- Personnes en surpoids/obèses- Personnes ayant ou ayant eu un cancer- Personnes ayant une pathologie cardiovasculaire- Personnes ayant une pathologie respiratoire- Personnes ayant une pathologie neurologique- Personnes en situation de handicap physique
Jour et horaires	<ul style="list-style-type: none">- Mercredi de 9h00 à 10h30 + possibilité de séance individuelle de 30 à 45 minutes
Lieu	Dojo de l'éveil 37 place ST Bruno 38000 Grenoble
Contact du référent de l'activité	Emmanuel POIROT 06 82 95 33 95 emmanuelpoirot38@gmail.com
Descriptif	<p>Nous pratiquons différentes postures en étant attentif au souffle, aux mouvements, en respectant les limites de chacun.</p> <p>Nous assistons sur la conscience de nos ressentis, sur l'état d'être dans la pratique, que plutôt d'être dans le faire et nous ne cherchons pas la performance.</p>

Hatha et vinyasa Yoga

Public cible	<ul style="list-style-type: none">- Personnes diabétiques- Personnes âgées- Personnes en surpoids/obèses- Personnes ayant ou ayant eu un cancer- Personnes ayant une pathologie cardiovasculaire- Personnes ayant une pathologie respiratoire- Personnes ayant une pathologie neurologique- Personnes en situation de handicap physique
Jour et horaires	<ul style="list-style-type: none">- Lundi de 12h30 à 13h30- Vendredi de 10h à 11h
Lieu	Dojo de l'éveil 37 place ST Bruno 38000 Grenoble
Contact du référent de l'activité	Emmanuel POIROT 06 82 95 33 95 emmanuelpoirot38@gmail.com
Descriptif	<p>Nous pratiquons différentes postures en étant attentif au souffle, aux mouvements, en respectant les limites de chacun.</p> <p>Nous assistons sur la conscience de nos ressentis, sur l'état d'être dans la pratique, que plutôt d'être dans le faire et nous ne cherchons pas la performance.</p>