

# Claudio Ioanna



Dimanche 4 septembre 2022

15 :00 – 17 :30

Pratique dirigée et espace atelier

35€



Dimanche 4 septembre

Atelier, 15 :00 – 17 :30 : Claudio vous propose une pratique dirigée d'Ashtanga Yoga, au cours de laquelle un espace "atelier" sera ouvert pour introduire certaines Asanas pour mieux les comprendre.

Le but est de préparer le corps à traverser la pratique avec plus de facilité et de fluidité.

+ Expérimentation pratique, travail à deux.

### Pré-requis

Pratique de l'Ashtanga Yoga depuis 6 mois

Tarif : 35€

Nombre d'élèves requis : 10

Inscriptions / contact : [Momoyoga.com/samasthitiparis](https://momoyoga.com/samasthitiparis/) / [caroline@ashtanga.fr](mailto:caroline@ashtanga.fr)

## CLAUDIO IOANNA

Danseur professionnel, enseignant de danse diplômé d'état, chorégraphe et ostéopathe sacro-crânien. Claudio rencontre l'Ashtanga Vinyasa Yoga il y a plus de dix ans, et pratique au sein de l'association Ananda Kala Yoga depuis sa création.

Il se perfectionne auprès de maîtres reconnus dans la lignée traditionnelle (Mark Darby, Petri Raisanen, Graham Northfield, Rolf et Marci Naujokat).

Diplômé de la Fédération Française de Yoga. Claudio fait de l'enseignement une occasion pour éveiller le corps dans sa globalité, avec précision et avec une attention particulière à l'aspect postural spécifique à chacun. Son enseignement est enrichi par son expérience en matière du corps. Ses références sont celles du Body Mind Centering, Feldenkrais et des pratiques somatiques.