

## Calendrier des stages Année 2024-2025

5 et 6 octobre 2024

**Pratyāhāra** Regarder, entendre, bouger, ressentir...  
Elisabeth REMY

14 décembre 2024

**Yoga Nidra**  
Maïté BARON

1<sup>er</sup> février 2025

**L'engagement**  
Sylvie HYENNE & Geneviève JOLY

15 et 16 mars 2025

**Shraddha** Oser  
Agnès JOLY

17 et 18 mai 2025

**Yoga et bassin**  
Pascale JAILLARD

**Ces stages sont proposés par  
l'association IFY Poitou-Charentes**

D'autres stages peuvent être directement proposés par  
les professeurs de l'association.

Les contacter pour plus de renseignements

L'association régionale IFY Poitou-Charentes est l'une des 13 associations régionales regroupées au sein de l'Institut Français de Yoga (IFY), fédération créée en 1983, membre de l'Union Européenne de Yoga (UEY).

Puisant dans l'enseignement des maîtres indiens Krishnamacharya et T.K.V. Desikachar, l'IFY présente un yoga à la fois postural, énergétique et méditatif, dans le respect de la tradition et de l'individu.

À consulter, le site national : [www.ify.fr](http://www.ify.fr)

Créé en 1989 l'IFY Poitou-Charentes rassemble pour cette année 2024, 394 adhérents dont 30 professeurs et 4 élèves en formation et 10 membres actifs.

**L'adhésion à l'association permet de :**

- Participer aux activités proposées pendant l'année : conférences, ateliers, stages
- Recevoir deux fois par an **Pas à pas**, le journal de l'association
- Profiter de la bibliothèque de l'association.

**Le yoga : une pratique, un état d'être, un art de vivre au quotidien.**

En cours collectif comme en cours particulier, postures, exercices respiratoires et temps de méditation sont combinés afin d'aller vers plus d'équilibre, de présence et de liberté.

Prendre un temps pour soi  
Associer effort juste et détente  
Vivre pleinement chaque instant

**Ce n'est pas la personne qui doit s'adapter au yoga mais  
le yoga qui doit se mettre au service de la personne.**

**TKV Desikachar**

**Consultez notre site régional :**

[www.ify.fr/poitou-charentes/](http://www.ify.fr/poitou-charentes/)



**Annuaire des professeurs  
diplômés de l'IFY  
Année 2024- 2025**

**Charente  
Charente-Maritime  
Deux-Sèvres  
Haute-Vienne  
Vienne**



« Le succès du Yoga ne réside pas dans la capacité à effectuer des postures mais dans la façon dont il change positivement notre vie et nos relations »

TKV Desikachar

## Charente

Ballet Valérie  
Hiersac  
06 37 07 10 51 - [manbal2@wanadoo.fr](mailto:manbal2@wanadoo.fr)

Baron Maïté  
Brie  
06 23 89 95 06 - [baronmaite@orange.fr](mailto:baronmaite@orange.fr)

Bouron Maryline  
Yvrac et Malleyrand  
06 15 27 50 67 - [callasmb@gmail.com](mailto:callasmb@gmail.com)

Combeau Chantal  
Ruelle  
06 07 94 70 01 - [chantal.combeau0866@orange.fr](mailto:chantal.combeau0866@orange.fr)

Denelle Isabelle  
Roussines  
06 78 30 81 96 - [isadengb@yahoo.fr](mailto:isadengb@yahoo.fr)

Fougeras Armelle  
Angoulême - Hiersac - Saint-Genis d'Hiersac -  
Saint-Yrieix  
06 51 66 93 03 - [armellefougeras@gmail.com](mailto:armellefougeras@gmail.com)

Gaboraud Eddy  
Aussac Vadalle - Mansle - Montignac  
06 75 66 00 86 - [egab21@free.fr](mailto:egab21@free.fr)

Garguilo Claudine  
Angoulême - Genac - Gond-Pontouvre  
06 10 39 02 78 - [claudine.garguilo@wanadoo.fr](mailto:claudine.garguilo@wanadoo.fr)

Hyenne Sylvie  
L'Isle d'Espagnac- Mouthiers sur Boême  
06 76 04 44 01 - [sylvie.hyenne0804@orange.fr](mailto:sylvie.hyenne0804@orange.fr)

Jolly Geneviève  
Rouillac – Saint-Genis d'Hiersac (cours coll. et part.)  
06 32 66 07 50 - [genevieve\\_jolly@yahoo.fr](mailto:genevieve_jolly@yahoo.fr)

Kraczkowski Christian  
Fléac  
06 09 15 97 62

Kleinknecht Nicolas Vars  
06 22 56 66 84 - [Kleinknecht.nicolas@web.de](mailto:Kleinknecht.nicolas@web.de)

Nowak Christiane  
Champniers  
06 12 57 83 82 - [christiane.nowak20@orange.fr](mailto:christiane.nowak20@orange.fr)

Verbois Monique  
Angoulême - Magnac sur Touvre  
05 45 69 02 00 - [moniqueverbois@gmail.com](mailto:moniqueverbois@gmail.com)

## Charente-Maritime

Bati Marion  
La Rochelle  
05 61 13 79 04 - [nouveausouffle1@gmail.com](mailto:nouveausouffle1@gmail.com)

Billon Annaïg  
Saintes  
06 71 51 26 32 - [annaig.billon@laposte.net](mailto:annaig.billon@laposte.net)

François Véronique  
Saint-Martin de Ré (cours coll.)- Ste Marie (cours part.)  
06 66 12 02 45 - [av.francois@orange.fr](mailto:av.francois@orange.fr)

Giraudon Sylvaine  
Saint- Pierre la Noue - Genouillé  
06 16 98 95 14 - site : [sylvaine-yoga.com](http://sylvaine-yoga.com)  
[sylvaine.yoga@gmail.com](mailto:sylvaine.yoga@gmail.com)

Journo Franck « l'Atelier du Corps »  
La Rochelle – Ile de Ré  
06 28 33 61 23 - [info@latelierducors.org](mailto:info@latelierducors.org)  
Journot Anne  
La Rochelle 06 66 62 76 77

Vivier Fabienne  
La Rochelle  
06 27 26 55 89

## Deux-Sèvres

Boche Dominique  
Bressuire  
06 80 62 80 58 - [domi.boche@laposte.net](mailto:domi.boche@laposte.net)

Gautier Jean-Philippe  
Niort – Sansais - Soudan  
[Yoga.home79@orange.fr](mailto:Yoga.home79@orange.fr)

Guilloteau Marie-Thérèse  
Saint Varent - Luché Thouarsais  
05 49 67 61 63 - [mth.guilloteau@free.fr](mailto:mth.guilloteau@free.fr)

Péquin Françoise  
Parthenay  
05 49 64 32 54 - [pequinfr@gmail.com](mailto:pequinfr@gmail.com)

## Vienne

Arthur Jean-Claude  
Châtelleraut - Chauvigny  
05 86 86 47 08 - [arthurjc@orange.fr](mailto:arthurjc@orange.fr)

Besseau Nadine  
Chauvigny – Bonneuil Matours – Bellefonds  
06 12 85 12 17 - [nadine.besseau1@orange.fr](mailto:nadine.besseau1@orange.fr)

Delage Céline  
Poitiers quartier Chilvert  
06 11 52 96 06 - site : [yogasvadhaya.net](http://yogasvadhaya.net)  
[celine@yogasvadhaya.net](mailto:celine@yogasvadhaya.net)

## Haute - Vienne

Ducrocq Monique  
Chateauneuf la forêt – Bujaleuf - Eymoutiers  
07 88 28 71 35 - [ducrocq.monique@gmail.com](mailto:ducrocq.monique@gmail.com)

Denelle Isabelle  
Saint-Mathieu  
06 78 30 81 96 - [isadengb@yahoo.fr](mailto:isadengb@yahoo.fr)

### **Armelle Fougeras et Eddy Gaboraud**

Co-présidence IFY Poitou-Charentes  
136, route de Voeuil 16400 – La  
Couronne 06 51 66 93 03  
[armellefougeras@gmail.com](mailto:armellefougeras@gmail.com) et [egab21@free.fr](mailto:egab21@free.fr)  
[www.ify.fr/poitou-charentes/](http://www.ify.fr/poitou-charentes/)

