



# Liquid Flow Yoga avec Simon Park

Jeudi 22 août 2019, 18h-20h



Où : Daléas Danse, 2 rue Chaumontel, Annecy  
Tarif : 40 € en pré-paiement, 50 € sur place

## FREE-STYLE VINYASA

Cette pratique de Vinyasa Flow mélange des styles de yoga classiques et modernes. Les postures sont dynamiques et s'inscrivent dans une méditation en mouvement grâce à un système libre qui invite l'élève à se sentir progresser dans une aventure improvisée. L'accent sera mis sur le souffle, le corps et l'esprit, avec des transitions créatives, élégantes et fluides. Les principes de Vinyasa Krama sont utilisés pour créer une pratique évolutive adaptée à tous les niveaux.

## A PROPOS DE SIMON

Simon Park a commencé son voyage dans le Yoga en 1995 avec Shiva Rea au Département des Arts et Cultures du Monde à UCLA (Université de Californie, Los Angeles). Acclamé plus tard par Yoga Journal comme «l'un des professeurs de yoga les plus influents et les plus doués de la génération future», il dirige des ateliers, des formations d'enseignants, et des retraites de yoga à travers le monde depuis 2002. Son style est fluide, intuitif, et encourage la liberté grâce à l'auto-expression. Profondément influencé par les enseignements de Shiva Rea, Richard Freeman, Maty Ezraty, Joan White et Sri Dharma Mittra, «Liquid Flow Yoga» rappelle une danse entre yoga classique et moderne. Surnommé le "Nomade Volant», il puise son inspiration dans les légendes de la route comme Jimi Hendrix, qui a dit : "la Terre est ma maison". [www.liquidflowyoga.com](http://www.liquidflowyoga.com)

Contact et résa : [info@pranayoga-annecy.com](mailto:info@pranayoga-annecy.com)

TOUS NIVEAUX. LE COURS SERA DONNÉ EN ANGLAIS. PLACES LIMITÉES.