

Sylvie SCHMITT
Spécialiste et créatrice du Sylvoyoga®
Professeure de Hatha-yoga, yoga Toumo, yoga du Son
Praticienne en Sylvothérapie et réflexologie plantaire.

Originaire de Lorraine où elle a grandi dans un village entouré de forêt, elle quitte sa région pour s'installer dans le département des Deux-Sèvres en 1992 et découvre le yoga en 1997, discipline qu'elle pratique assidûment pendant plusieurs années sous la guidance de Gabriel PLESSIS (Astanga Yoga – Mysore), pour ensuite entrer à l'Ecole Française de Yoga (EFY à Paris) en 2007 afin de seconder son Professeur de yoga Gabriel qui lui en a fait la demande, où elle obtient le certificat de Professeur de Yoga après 4 années de formation et, est membre affiliée à la Fédération Nationale des Enseignements de Yoga (FNEY).

Toujours à la recherche de nouvelles connaissances, elle découvre et pratique régulièrement le Yoga Toumo (yoga du froid) à l'Institut International du Yoga Toumo Maurice Daubard depuis 2014 et est diplômée en tant que professeure de Yoga Toumo depuis février 2020. En 2017, elle suit la formation de Yoga du Son où elle obtient le certificat des Instituts de la Voix-Patrick TORRE.

Depuis son enfance, Sylvie aime et vit au cœur de la nature, puisqu'elle résidait à 100 mètres d'une magnifique forêt domaniale. Elle commence à monter à cheval vers l'âge de 13 ans et a une nette préférence pour les balades en forêt à la rencontre des arbres et de la nature que pour les autres disciplines équestres. Elle a toujours été fascinée par les arbres, leur beauté, leur grandeur, leur puissance et leur longévité. Elle découvre très vite ce côté apaisant de la nature et le lien Homme-Arbre et s'y intéresse de plus en plus jusqu'à se former en Sylvothérapie en 2018, ce qui vient conforter et compléter ses certitudes au sujet des arbres.

De par ses expériences autant en Yoga qu'en Sylvothérapie, Sylvie met en symbiose ces deux disciplines qui selon elle, sont indissociables pour créer le Sylvoyoga® puisque qu'on le veuille ou non, l'Homme fait partie intégrante de la Nature !

Atelier-conférence le samedi 10 juin 2023 de 13 h 15 à 14 h dont le thème est : "Arbre, qui es-tu ?"



Sylvie Schmitt
Professeure de yoga

06 09 97 93 65
www.sylvoyoga.fr
sylvoyoga@gmail.com