Diane Ouimet

Présentation

Le parcours de Diane Ouimet n'a pas été toujours facile.
En 2005, une blessure sérieuse au dos l'amènera à se tourner vers le yoga et la méditation. Dès lors, un immense changement s'amorce dans sa vie.

Son amour pour le yoga l'a amenée à compléter plusieurs formations en yoga et en méditation:

- Certifiée en hatha yoga 350 heures avec Nicole Bordeleau du centre Yogamonde
- Certifiée en yoga détente par Nicole Bordeleau du centre Yogamonde
- Certifiée en yoga prénatal formée par Mélanie Chavarie du centre Lyne St-Rock
- Certifiée en Somayog avec Deep Priya sous l'égide de l'International méditation institue en Inde
- Certifiée en yoga enfant par Gaëlle Gosnuau du centre yoga pour tous
- Certifiée de yoga hockey, par Réseau yoga sport inc.
- Certifiée en enseigenement professionel en méditation, formée par Swamiji Claude Passaro en collaboration avec Ganga yoga
- Certifiée professeure de yoga thérapeutigue, formée par Véronique Jean de Ganga yoga
- Formation de pufirication des chakras sur 7 mois avec Véronique Jean du centre Ganga yoga.

Et c'est pas fini

Depuis, elle continue ses études sur le yoga en participant à plusieurs ateliers de formation tel ; yoga détente, Yoga partenaire, yoga tai massage
Praticienne en Reiki étudiante de ILka et Tanya Grand maitre de Shanti clinic
Elle a aussi suivi une formation en Enlumination avec le Maître Sasha.

Diane a enseigner le yoga à Kélona dans l'Ouest Canadien et à Mercuès en France.
Sur la rive sud au studio Yoga Monde de Nicole Bordeleau, sur la rive nord au centre Être Pilates,
chez Yoga etc, et à la ville de Mirabel,
et enseigne au nouveau Ô-Yoga studio à St-Augustin

Elle continue ses études en suivant divers ateliers;

- Daniel Pineault Patanjali au centre Sivananda de Montréal
- Un dimanche de mentorat avec Lyne St-Rock
- Elle assiste régulièrement à l'enseignement de diverses facettes du yoga et de la méditation à l'Ashram de Sivananda de Val Morin.
- Elle pratique plusieurs fois semaine dans divers studio de yoga avec des professeures de yoga sénior
- Elle assiste et s'intéresse à tout ce qui se passe en yoga
- Elle était présente au yoga en blanc de 2012 et en 2013
- Elle offre régulièrement des classes de yoga gratuites dans divers endroit

Puis, elle fonde Ô yoga un lieu paisible où l’on est invité dans la simplicité à vivre le moment présent.
En septembre 2013 Ô-Yoga s'aggrandit en offrant ses services à St-Augustin à Mirabel au Centre Yannick Lacoste.

Voir aussi

Cours de méditation offert à la maison Notman

Ô yoga!

Au plaisir de vous y rencontrer

Facebook O-yoga Diane Ouimet