Leçons de Yoga Égyptien avec Baudouin Legrand

BONJOUR À VOUS QUI ASPIREZ À UN BIEN ÊTRE PAR LA VOIE DU YOGA.

Baudoin Legrand est le seul yogi connu dans le monde du yoga en français qui enseigne le yoga Égyptien **...** en Égypte.

Baudouin, depuis le monde... rien de moins

Baudouin Legrand porte son nom. Il réside en Belgique, enseigne en France, au Maroc et en Égypte. Depuis qu'il a pris sa retraite comme juriste, l'Égypte l'attirait. Un mal de dos lancinant, des problèmes de genoux l'ont mené au Yoga. Parce-que l'Égypte est reconnu comme le berceau du Yoga, là ou tout a débuté Baudouin voulait découvrir cette région du monde. Dans une entrevue qu'il a accordé à YogaPartout, il nous parle de ses enseignants, de ses maîtres. Même si ses professeurs furent tout aussi reconnus comme des maîtres accomplis tel Babacar Khane et Van Lysbeth, il nous dit que ces plus grands maîtres se sont ses étudiants.

Le message que Baudouin depuis la Belgique

“

Bonjour Daniel.
D’Ardèche oú je réside pour l’instant dans un environnement super et fort ensoleillé bénéfique pour la pratique du yoga et du Chi Kong, je t’envoie ce petit e-mail pour te signaler que pour la 16 ou 17ème année successive , je donnerai des leçons de Yoga et de Chi Kong aux hôtels Three Corners (Rihana et Océan VIEW à El Gouna au bord de la Mer Rouge) en Égypte, d’abord en novembre du 11 novembre au 7 décembre 2019 et en janvier 2020 du 11 janvier au 7 février.

Dans mon programme de leçons , je donnerai la priorité au yoga thérapeutique en m’inspirant de mes deux grands Maîtres André Van Lysebeth et Khan Babacar et de mon expérience personnelle . J’insisterai beaucoup sur l’importance de la respiration qui pour moi reste le meilleur médicament et outil naturel pour la sauvegarde de sa santé .

Je n’oublierai pas non plus la pratique du Chi Kong si bénéfique pour également notre santé morale et physique.

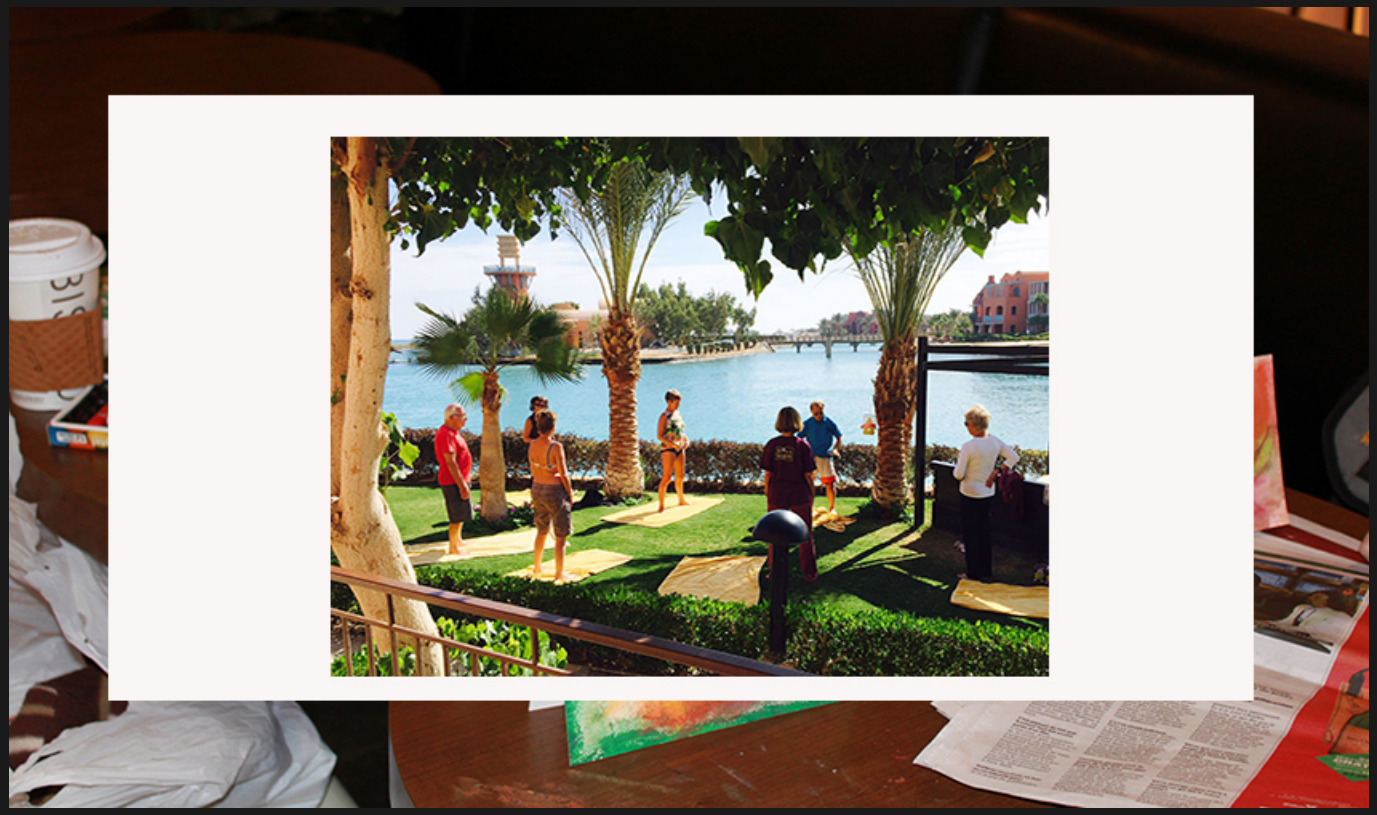
Je te suis de loin grâce à ta création Yoga Partout irremplaçable.

En toute amitié et pour toi ce merveilleux mantra OM Shanti que je traduis Que la paix soit toujours dans ton cœur.

Leçons de Kung Fu en Égypte

Les leçons Hatha Yoga et de Yoga Égyptien que Baudouin Legrand offre sont reconnus partout sur la terre. De nouveau, du 11 janvier au 9 février 2019 Baudouin Legrand reprendra ses enseignements de leçons de Chi Kong... en français

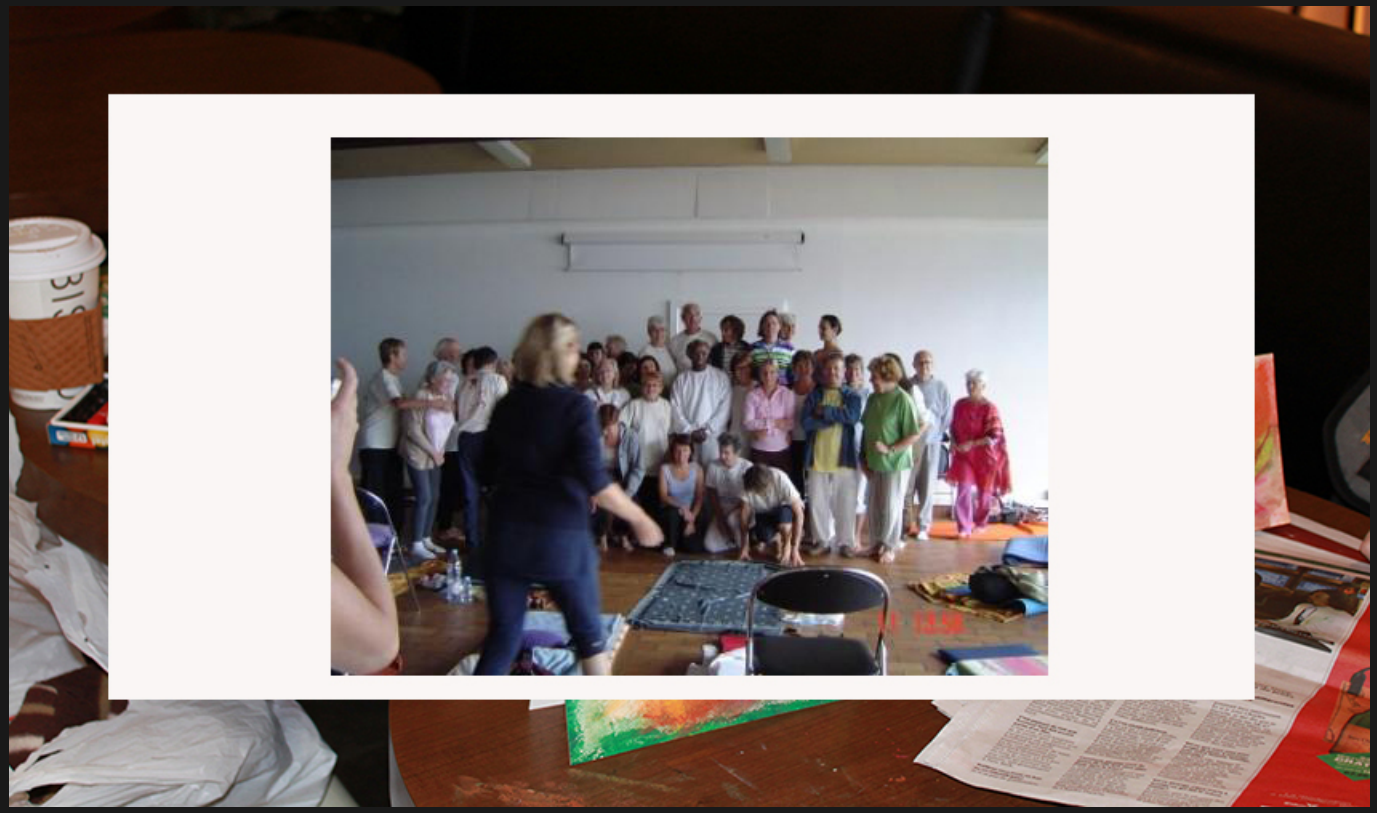
Le berceau du yoga, des origines de cette tradition vieille comme le monde est enseigné en Égypte.



Les étudiant(e)s viennent et reviennent pour étudier avec M. Legrand

Ses techniques de yoga, de pranayama et sa pratique personnelle font de Baudouin Legrand un maître accompli.

::



LIRE LA SUITE

Continuons la découverte du yoga de Baudouin Legrand

Baudouin se souvient d'André comme si c'était hier.

Depuis le départ d'André Van Lysebeth

Depuis qu'André Van Lysebeth est décédé, le yoga et sa transmission se transpose par la création d'une association "YOGA" et les Amis d'André van Lysebeth. Le fils d'André, Willy, est psychothérapeute de métier et voit en arrière plan que la transmission du yoga de son père soit diffusé correctement.

Et qui donc est cet André Van Lysebeth? Simple: yogi accompli, auteur de plusieurs ouvrages, André Van Lysebeth a enseigné un peu partout dans le monde depuis la France jusqu'au Québec.

VOICI DES OUVRAGES PUBLIÉS PAR VAN LYSEBETH

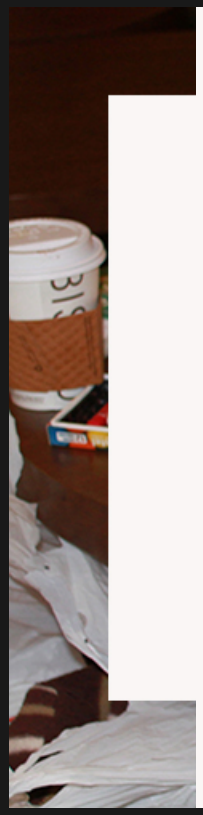
- J'apprends le yoga, Paris, Flammarion, 1968
- Je perfectionne mon yoga, Paris, Flammarion, 1970
- Pranayama, la dynamique du souffle, Paris, Flammarion, 1971

Ma séance de yoga, Paris, Flammarion

- 2 x 7 jours pour rajeunir, Paris, Flammarion
- Tantra, le culte de la Féminité, Évolution du corps et de l'Esprit par l'érotisme et l'amour, Flammarion, 1988
- Le yoga mental, éditeur Almora, 2013

De retour sur Baudouin Legrand

Voyez le diaporama qui nous brosse un tableau fort élogieux du personnage qu'est Baudoin Legrand.



SOFITEL
LUXURY HOTELS

Mars
Cours
Yoga
& Chi Kong
Baudjuin Legrand

de 10H30 - 11H30
de 17H00 - 18H00
Au jardin Zen en face du Spa

Le Chi Kong est une discipline (art martial) issue de la sagesse taoïste, un art de vivre en harmonie avec les lois universelles. Son origine remonte à plus de 3000 ans avant Jésus Christ à une époque où l'homme naissait, vivait et mourait dans la nature en étroite communion avec celle-ci.
C'est de cet état de grâce, de l'homme non pollué d'esprit et de corps qu'est né le Chi Kong (travail de l'énergie dans le corps). Cette gymnastique de santé accessible à tous et notamment aux personnes âgées ressemble à une danse faite de mouvements lents, d'ouverture, de fermeture, de montée, de descente, de spirales en synchronisation avec la respiration. Ces mouvements simples, faciles et agréables à pratiquer ont pour effet de faire circuler l'énergie cosmique (le Chi ou le Prana chez les indiens) le long des méridiens et de se sentir relié à soi-même, à la nature et au monde...
Sa pratique régulière a des répercussions notables et bienfaisantes sur le corps et l'esprit.

- souplesse des articulations.
- renforcement du système tendino-osseux, du système immunitaire, de la mémoire et de la vitalité.
- relaxation aisée du corps et de l'esprit.
- merveilleux anti-dote contre le stress.

SOFITEL AGADIR
TÉL. : +212 (0) 28 82 00 88
FAX : +212 (0) 28 82 00 33
E-MAIL : H5707-TH@ACCOR.COM
WEB : WWW.SOFITELAGADIR.COM

André Van Lysebeth raconté par Baudouin Legrand

Lorsque Baudouin Legrand a rencontré André Van Lysebeth nul n'aurait cru qu'un juriste de profession se lie d'amitié avec ce yogi de renommée internationale. Et pourtant, pendant plusieurs années et ce jusqu'à une semaine avant son décès Baudouin et André s'échangaient des emails.

Qui est André Van Lysebeth

Alors qu'André Van Lysebeth résidait en France, dans le Sud en Perpignan, ce professeur belge de hatha yoga a influencé le monde du yoga avec ses ouvrages et son mensuel vendus partout en Francophonie

NOUS VOUS SOUHAITONS TOUT LE BONHEUR

Merci.

Daniel.

Pour terminer

[-]

Inscrivez-vous à l'info lettre si ce n'est pas déjà fait.

C'était un jour à Paris

Une arrivée clandestine Un avant goût

Des interviews en rafales

La première info lettre

Entrée connaissance

J'ai oublié mon mot de passe

WebTele: **Yoga Toumo**?

Yogapartout en profondeur: Une rencontre profs et étudiants de yoga

WebRadio: Le yoga rondeurs: **Suzanne Sirois**

S'inscrire par courriel

Lire toutes les Archives

Aller au calendrier Le Notre signature

La première info lettre

Entrée connaissance

J'ai oublié mon mot de passe

WebTele: **Yoga Toumo**?

Yogapartout en profondeur: Une rencontre profs et étudiants de yoga

WebRadio: Le yoga rondeurs: **Suzanne Sirois**

WebRadio: **L'info lettre de Baudoin, la toute première**

Miami du yoga en français

Revivez le lancement de ce site

TeleWeb : Kundalini yoga + directement de l'Inde... en français

Une vocation internationale + un calendrier d'évènement ouvert à tous

Swami Sai Shivananda de la FFY - entrevue exclusive

L'ashram Yoga Research Foundation - Du yoga en français à Miami aux USA

Karma yoga expliqué par Discover Vendanta	Merci mille fois *Hervé Blondon	Spécial 11-11-2111	Tantra blanc *InstitutInternationalDeYoga: Babakar Khane	Spécial Fédération francophone de yoga	Claude Marécchal

Martin Dubois - Yoga Salamandre

Info lettre no 16

Yoga en entreprise

Rejoignez-nous

Notre mission

Voyagez

Merci

Inscrivez-vous c'est gratuit

Consultez nos archives

La première vidéo diffusé sur YP

TeleWeb : Kundalini yoga

Une vocation internationale	Swami Sai Shivanand a de la FFY

Ajoutez notre signature dans votre carnet d'adresse

Un ashram vous accueille en français à Miami aux É.-U.

Karma yoga: Le yoga qui profite aux autres?

Célébrité: Vanessa Hudgens de High School Musical

Hervé Blondon de l'école Satyam

Le ViniYoga et rien d'autre Tantra blanc

Les enfants Claude Maréchal

Un yogi-analyste de symboles		Lancement via FB
2011 (débute en mai)	2012	2013

2014 2015 2016 2017

La première Info lettre de Baudoin -2018

Cette info lettre