



## BERANGERE CROUILLERE

### ENSEIGNANTE HATHA YOGA

#### Expériences professionnelles:

- \*\*Enseignement de Yoga. Mouna Yoga, Yogalipette. Tlse.*
- >J'ai accompagnée plusieurs groupes en séance hebdomadaire.
- \*\*Chargée de billetterie. Développement des publics. Théâtre Garonne. Tlse.*
- >23\_18. J'ai évolué au sein de l'équipe avec pour mission la gestion et l'organisation des activités de billetterie, sur place, hors les murs, en ligne, et la réception, le conseil, le suivi du public individuel. J'ai également participé à des campagnes de prospection pour des groupes plus spécifiques selon certain type de programmation artistique.
- \*\*Animatrice en temps périscolaire. École primaire. Tlse*
- >18\_13. Proposition d'activités manuelles et créatives diverses. 6\_12 ans.
- \*\*Enseignement École des Beaux Arts et d'Architecture. Tétouan Maroc.*
- >10\_09. Regard, accompagnement référentiel, pratique artistique, et histoire de l'art. Élève de première année.
- \*\*Réception cinémathèque de Tanger Maroc.*
- >10\_09. Communication et réseau sociaux.
- \*\*Médiation culturelle. « Trésor public.. 20 ans du Frac ». Avignon.*
- >03. Guide d'exposition.

#### Formations:

- >26\_24. Éducateur somatique du mouvement. Body Mind Centering. SOMA. Paris. Octobre. Module Sens et perception. Squelette. Le Pacifique, Grenoble. Février. Les Organes. La briqueterie, Paris. Les schèmes neuro-cellulaires, Valcivières.
- >25\_24. Module 250h « Enseigner la transmission du Yoga ». (Lignes de souffle, Post et Prénatal) L'atelier Pilate\_Yoga\_Danse. ENPY. Tlse.
- >12\_11. Logiciel de montage vidéo. ACT Formation. Tlse.
- >09\_06. D.N.S d' Expression Plastique. ESBAM.Marseille.
- >07\_06 . Voyage d'étude Socrate, Asie du sud-Est, Chine Chengdu.
- >06\_03. D N d' Art Plastique\_Félicitations du Jury. Opt. Com. ESBAM.
- >03\_02. Année Préparatoire au concours d'entrée des écoles d' Art. Villa Saint Clair. Sète.
- >1997. Brevet d'Aptitude aux Fonctions d'Animateur.

#### Pratique personnelle cours de yoga:

- >25\_24. L'atelier, Yoga, Danse Pilates, Nathalie Bidoia-Pompele. Hatha Yoga. Tlse.
- >24\_23. Chotika. Florent Le boucher. Natha Yoga. Tlse.
- >24\_21. Yoga et son. Camelia Clavel. Hatha Yoga. Tlse.
- >21\_19. Lorena Calendin. Natha Yoga. Tlse.
- >19\_17. Sattva Yoga Shala. Yoga Vinyasa, Yin, Ashtanga. Tlse

#### Stages:

- >24\_21. Yoga et Son. 5 jours Ascension. Varaire.
- >24\_23. Chotika. 5 jours Eté. Saurat.
- >24\_23. Silence et Rythme. 5 jours Initiation Iyengar. Corsavy.
- >2019. Sattva Yoga Shala. Yin et anatomie. 3 jours. Tlse.

#### Conception et création couture :

- >23. Conception d'un prototype de pièce unique. Manufacture H. Tlse.
- >21\_20. Coupe et couture. Manufacture H. Tlse.

#### Atelier d'artiste et sérigraphie :

- >13. Atelier 54 fils au cm.
- >12. Atelier associatif de sérigraphie de Colomiers.

#### Présentation:

Je souhaite transmettre et guider avec cœur cette pratique vibrante et riche qu'est le yoga. C'est pour moi une approche progressive au travers, je chemine en présence, au plus près de mes sensations corporelles, émotionnelles, de mes pensées.

Elle me nourrit, m'apprend à être à l'écoute. Je la perçois comme un outil psycho-physique, où le geste se lie au souffle à la conscience, aux énergies, aussi bien dans le mouvement, que dans l'immobilité.

Les postures, concentrations, méditations, sont des propositions pour délier, accueillir ce qui est présent dans l'instant.

La recherche est l'union, celle des contraires, on s'oriente vers l'équilibre, se recentre, dans le respect de soi, de l'autre, de ce qui nous entoure. Ces allées-venues sont comme une danse, un tout, on se détache des sources de contrainte, et libère des espaces d'expression.

J'entreprends en parallèle pour affiner mon expérience un cycle en anatomie expérimentale, ou étude somatique du mouvement, avec la pédagogie du Body mind centering.

#### Contact Détails:

9 mars 1979  
1353 Route d'Ameilhou  
81140 Castelnau de Montmiral  
07. 70.13 .84.15  
[berangere.crouillere@gmail.com](mailto:berangere.crouillere@gmail.com)  
Site: [yoga-tisse.com](http://yoga-tisse.com)  
Instagram: [b.crouillere](https://www.instagram.com/b.crouillere)  
Permis B

#### Langues:

Anglais courant (Londres 1999\_2001). Espagnol.

#### Loisirs:

Voyages, Arts, Marche.