

Didier Estroumsa
237 rue st Denis
75002 Paris
Tel : 0685560630
didier.estroumsa@gmail.com
yogadi-paris.com



Professeur de yoga motivé et dynamique spécialisé en Hatha et Vinyasa.
J'aime transmettre le bien-être, la santé et la philosophie que procure le yoga, et j'apprécie le travail d'équipe.

Expériences professionnelles

- Professeur de yoga Société Alenium, Paris 9è (septembre 2021 à aujourd'hui) Hatha flow
- Professeur de yoga Société Alenium, Paris 9è (septembre 2021 à aujourd'hui) Hatha flow
- Professeur de yoga à l'Opéra Comique, Paris 2è (septembre 2019 à aujourd'hui) Hatha flow
- Professeur de yoga au studio Marga, Paris 11è (avril 2019 à aujourd'hui) Hatha flow
- Professeur de yoga au centre FGO Barbara, Paris 18è (2017 à 2021) Hatha flow
- Professeur de yoga aux Centres sociaux, Garges-les Gonesse (2017 à aujourd'hui) Hatha
- Professeur de yoga au Centre de Yoga du Marais Paris 3è (2018) Hatha
- Professeur de yoga au Ravin Bleu, Versailles (2018) Hatha
- Professeur de yoga au studio Keller, Paris 11è (2017/18) Hatha flow
- Nombreux remplacements, les Cercles de la forme Paris, Health city Boulogne...
- Steward long courrier Air France (1988/2016)

Formations et Diplômes

- Formation Yin Yoga 50h au Studio Marga Juin 2022
- Pratique du yoga depuis plus de 15 ans (dont de nombreux cours à l'étranger)
- Diplômé en Vinyasa 500 heures Yoga Alliance 2017
- Formation en mouvement du bassin et accouchement, Blandine Calais Germain 2017
- Formation continue chaque semaine (3 heures) avec Laurence Schroeder et Michelle Jacobi depuis 2 ans

Qualifications et Compétences

- Intuitivité et capacité d'adaptation
- Animation de cours pour tous niveaux
- Enseignement et correction des postures
- Assurance de séances de méditation en début et fin de cours pour aider les élèves à se recentrer
- Transmettre des techniques de respirations, assouplissements, renforcements musculaires
- Être attentif au besoin de chaque élève
- Mise en place de programme individualisé

Centres d'intérêts

- Pratique du yoga et de la méditation en dehors des heures d'enseignement
- Passionné de voyages
- Pratique de la voile
- Pratique de la danse contemporaine
- Violoniste en herbe