

# Kinésioyoga

2022

Ou comment optimiser  
votre pratique personnelle de **yoga**  
grâce à la **kinésiologie**  
et au feedback du test musculaire



*Vous pratiquez le yoga* et vous avez envie d'approfondir votre pratique personnelle,  
de **trouver un meilleur équilibre** ?

Savez-vous que votre corps, grâce à la kinésiologie, peut donner "en direct" des orientations concernant l'organisation de votre pratique personnelle sur une période de 3 semaines à 2 mois ou plus ? Que vous pouvez comprendre d'où viennent certains blocages et ouvrir de nouveaux possibles ? Etonnant et magnifique à la fois.

**Cathy et Gabrielle** vous proposent **2 protocoles** : l'un axé sur **le temps présent**, l'autre sur une recherche de causes dans **le passé**. Le premier permet de cerner vos besoins, par exemple le nombre de pratiques hebdomadaires, leur durée, l'adéquation avec votre constitution. Le second concerne le stress généré par certaines postures. C'est **votre corps** qui **décide des priorités** !

Et si ce blocage bio mécanique que vous vivez dans votre pratique, n'était pas seulement le reflet d'une limite corporelle, mais aussi l'expression d'un **déséquilibre inconscient**, d'une limitation plus profonde sur un autre plan, émotionnel, mental, énergétique ou spirituel ?

Le test musculaire pratiqué en kinésiologie est l'application d'une pression douce et légère sur un muscle. Il permet de **se relier à l'intelligence innée du corps**, de le questionner directement sans passer par le mental et de trouver des ajustements pour l'harmoniser en profondeur.

**Cet atelier s'adresse aux pratiquants de toutes les formes de yoga.  
Bienvenue !**

**Atelier de groupe le Lundi 2 Mai de 19h à 21h**

**Quelle est la posture prioritaire du moment pour chacun de vous ?**

**Vous allez assister en direct au processus de recherche qui permet de spécifier la forme, le timing et l'intensité de la posture.**

**10 à 15mn d'enquête sont environ nécessaires pour déterminer cette posture.**

**Cet atelier intéressera spécialement les professeurs, et leur montrera avec quelle finesse le corps a la capacité d'exprimer sa propre intelligence.**

**Tarif** : Places limitées à 8 pour les tests : 15€ - Inscriptions prises selon l'ordre d'arrivée - sinon 10€.

**Lieu** : **41 allée du Grand Selve - 31500 Toulouse**

(5 ou 6 voitures peuvent se garer facilement. A 3' en voiture du métro Borderouge et à 12' à pied.)

**Inscriptions pour les rendez-vous auprès de Gabrielle au 07 67 97 38 55  
ou [gabrielle.weinrott@gmail.com](mailto:gabrielle.weinrott@gmail.com)**



*Cathy Boyer*

Enseigne depuis 30 ans et a créé le Centre de Yoga Iyengar de Montpellier. Elle propose des ateliers, des cours personnalisés, des supervisions de professeurs.

Son enseignement se distingue par la précision de ses ajustements et l'écoute particulière qu'elle accorde aux sensations.

[www.cathy-boyer.com](http://www.cathy-boyer.com)



*Gabrielle Weinrott*

Gabrielle exerce la Thérapie Psycho-corporelle (MCI) basée sur la kinésiologie et la systémie familiale. Elle est aussi thérapeute conjugale et familiale selon l'approche systémique. Elle est installée en cabinet libéral à Toulouse.

[www.gabrielle-weinrott.com](http://www.gabrielle-weinrott.com)