

YOGA esprit

ÉNERGIE ÉQUILIBRE BIEN-ÊTRE

w.esprityoga.fr

YOGATHÉRAPIE
5 POSTURES POUR
CALMER L'ANXIÉTÉ

SECRET DE YOGI
RÉALISEZ VOS BUTS
AVEC LE **SANKALPA**

21 postures pour
retrouver
élan et vitalité

Reportage
LE YOGA SUR
LA CÔTE BASQUE

DOSSIER
YOGA & ENFANTS
BÉNÉFICES SUR-MESURE
POUR PETITS YOGIS

Tendance
LE YOGA SUR LES
RÉSEAUX SOCIAUX

S'ÉPANOUIR

S'ouvrir à la vie, réaliser son potentiel

Emporter son tapis partout

C'est la rentrée ! Reprenons la route de nos cours de yoga bien équipés avec des sacs à la fois jolis et pratiques.



MINIMALISTE ET BRILLANT

Fuchsia pailleté, violet, marron ou noir : la sangle de portage d'Agoya existe en autant de version qu'il y a de yoginis, ou presque. Il y a même une déclinaison vegan ! En tout cas, l'objet est à la fois design et ultra pratique : il permet d'emporter son sac partout, en toute légèreté et avec style !

Son prix ? 65 € ; <http://agoya.cc/>

SUPER MALIN

Tout nouveau sur le marché, le sac à tapis de Mirz est franchement très malin. Il s'ouvre entièrement et, une fois à plat, il est très facile de placer son tapis au centre et de l'attacher grâce au velcro central. Ensuite, il suffit de rouler le tapis et de l'attacher sur les côtés et à chaque extrémité. Très léger, on peut l'emporter partout avec nous.

De 55 à 70 € selon le modèle ; www.mirz-yoga.com

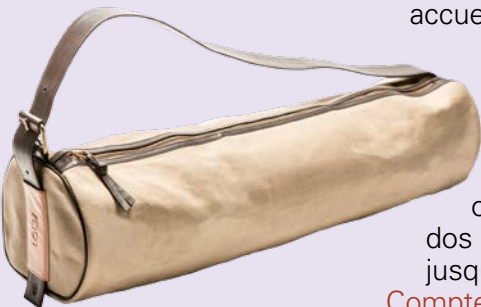


CHIC ET URBAIN

Le top du chic ? Le sac de yoga Duffle Bo de la marque Laty. Lignes épurées, en toile imperméable et en cuir, il peut accueillir votre tapis et les accessoires dont vous avez besoin pour pratiquer. Sa poche intérieure permet d'emporter son porte-monnaie et sa carte de transport. Il peut être porté sur l'épaule ou en bandoulière derrière le dos pour être au top de l'élégance jusqu'au studio !

Compter 126 € ; www.latyworld.com

Bénéficiez de 10 % de réduction avec le code : ESPRITYOGA



PARFAIRE VOTRE TENUE, OU PASSER EN MODE « YOGINI DU SOIR »

Coup de cœur pour le bracelet Inde Corail ! Fin et élégant, en plaqué or et corail (réputé pour aider à surmonter les conflits émotionnels et la peur), il est serti de labradorite, une pierre qui développe la confiance en soi. Vous préférez les colliers ? Habillez votre décolleté du chapelet « lotus », créé en collaboration avec Yogasearcher. Il se compose d'onyx noir, qui apporte harmonie et stabilité, et de chrysoprase au pouvoir apaisant.

Bracelet Inde Corail, pierre serti Labradorite, 55 € et Chapelet lotus, Une à Une, 75 €, sur une-a-une-store.com



S'ASSEOIR, TOUT SIMPLEMENT !

« Bakchich baba » disent les sadhus en demandant une pièce. Une expression de lâcher-prise, de liberté intérieure pour la créatrice qui a choisi de baptiser ainsi sa marque ! Invitation à lâcher-prise donc sur ce joli coussin de méditation en coton blanc cassé, orné de petites fleurs roses brodées. Grâce à son assise ferme – rembourrage aux noyaux de cerises séchées oblige – impossible de s'endormir pendant la pratique ! On apprécie également le côté écologique de ce coussin. **Coussin de voyage Keya blanc, Bakchichbaba, 34 €.**

SOULAGER LES MUSCLES ÉCHAUFFÉS

Vous avez quelques courbatures suite à votre dernier cours d'ashtanga ? Rien de mieux qu'un bon massage de Titans. Facile à appliquer grâce à son stick, le baume rouge est composé de camphre, d'eucalyptus et de menthol (un peu comme le baume du tigre) : une recette élaborée par Bertrand Bimont, praticien en médecine chinoise. Le baume « blanc », quant à lui, apporte de la fraîcheur en cas de coup de froid, sinusite ou mal de tête.

Baume des titans blanc ou rouge, 20g, 9 €.



BIEN DÉMARRER LA JOURNÉE

Préconisé depuis plus de 2 000 ans, le bain de bouche à l'huile est une technique ayurvédique qui permet de se détoxifier naturellement. Le goût est agréable grâce à la chlorophylle et à l'huile de chanvre. Prendre l'équivalent d'une cuillère à soupe d'huile, le matin à jeun, et se rincer l'intérieur de la bouche pendant au moins 5 minutes.

Huile buccale, Amanprana, 25,95 € sur www.noble-house.tk

<http://blog.yogimag.fr>

Votre Blog Yoga

Votre magazine en ligne Yogimag
Parution de vos articles chaque semaine...
Tout savoir sur le Monde du Yoga

Communiquons ensemble

Votre Boutique YOGA

Grand choix de tapis - Sacs et Accessoires

PRIX SPÉCIAL RENTRÉE!

Vos Tapis de Yoga et Méditation

A partir de **16.95 € ttc**

Votre Spécialiste Yoga

02 40 34 81 04

Pour Pratiquer en-Toute-Sérénité

Rejoignez-nous...
f t v g+ 30 YEARS

Professionnels Associations
Centres de Formation
CE d'Entreprises...

Demandez Vos Catalogues
Professionnels
Yoga et Méditation

Conseils - Devis - Prestations
à Votre Demande

Mail : contact@yogimag.fr