Baudouin Legrand

Professeur de yoga Égyptien

et de Chi Kong

Bienvenue

Voici les planches de Hatha Yoga que Baudouin nous offre

Baudouin Legrand - Belgique et Égypte

Présentation

[+]

Mon message se résume ainsi

❝

> *Le yoga ne peut pas se limiter à une aventure trop personnelle même si c'est très important dans son itinéraire à soi mais doit surtout se concrétiser à un enseignement pratique destiné à être communiquée aux autres.*

A chaque année Baudoin retourne en Égypte ou il accompagne des étudiants et amis à la découverte des origines du yoga. Baudoin Legrand précise que c'est en Inde qu'on retrace les origines du yoga tel que connu aujourd'hui. Baudouin enseigne en Français, en Flamand et naturellement en Anglais.

YouTube

Formulaire - Lisez Baudouin

Baudouin Legrand écrit dans le magazine Satoshi.Yoga

Si vous souhaitez découvrir l'authenticité et la profondeur du yoga de Baudouin Legrand, cliquez sur la bannière ci-dessous pour compléter le formulaire multifonctionnel et parlez-nous de vous pour qu'on puisse vous expédier un exemplaire gratuit du magazine.

^

Connectez-vous pour découvrir Baudouin

Deux entrevues de fonds qui nous font découvrir un Baudoin, professeur de Yoga Égyptien et de Chi Quong

Les intérêts personnels de Baudouin Legrand

Pour un yoga surtout thérapeutique

Cet intérêt a été primordial pour lui et ce d'autant plus qu'en 1997 , lors de sa première rencontre avec André Van Lysebeth, l'état de sa colonne vertébrale était déplorable (hernies discales , crises de sciatique ou de cruralgie , tassement des vertèbres cervicales), arthrose évolutive au niveau des genoux et des hanches.)

Cet état de santé à la fois physique et psychique a entrainé inévitablement un mal de vivre et un état de stress quasi permanent avec de l'hypertension.. (recours au Prozac, Xania et d'autres drogues néfastes à long terme.)

Une fois devenu professeur

Dès ses premières leçons de yoga données en Belgique, en France , en Egypte et au Maroc, il a constaté que sa motivation premières de ses élèves était essentiellement d'ordre de santé.

Lisez la suite