

# Technicienne en Massage Ayurvédique et professeur de Yoga

Technicienne en Massage Ayurvédique et professeur de Yoga en Lot et Garonne

L'art de vivre Yoga et Ayurvéda en Lot & Garonne

Anne-Marie Bursell, professeur de yoga anime des [cours de yoga](#) en Lot & Garonne près de Duras à Saint Astier.

Technicienne en massage ayurvédique, elle propose également des massages ayurvédiques, sur rendez vous.

La philosophie et les enseignements de l'Ayurvéda et du Yoga la passionnent et pour elle les pratiques sont une voie globale pour maintenir son bien-être.

Les pratiques ayurvédiques de yoga et de massage sont fondés sur un respect profonde du corps dans sa globalité. Les cours de yoga sont donnés en célébrant les saisons de l'année en cours. Le yoga reste vital, reconstituant et sattvique. L'ambiance est douce, enveloppante et chaleureuse.

Les pratiques et les cours sont imprégnés de sa joie, son humour contagieux et de sa vitalité.

Au cours de l'année, Anne-Marie anime des [ateliers et les stages yogiques](#).

Vous pouvez réserver en ligne n'hésitez pas à nous consulter [am@ambursellyoga.com](mailto:am@ambursellyoga.com)