

L'Amicale de Yoga de Chauvigny, une association sympathique et dynamique au cœur d'une petite ville de demain [Petites villes de demain](#)

C'est une association comme tant d'autres, dans une ville de 7000 habitants, à 20 kms à l'est de Poitiers....

Et pourtant, nous pouvons dire qu'elle est surprenante.

Tout d'abord, elle a été fondée il y a 40 ans, en 1985, période où le yoga était peu connu, et parfois mal considéré.

Ensuite, son développement a été fulgurant ces 10 dernières années, passant d'un nombre moyen de 30 adhérents jusqu'en 2014, à 177 cette année. D'un professeur en 2014, ce sont désormais à 5 professeurs, issus de 4 écoles différentes, qui assurent une belle diversité dans l'enseignement du Yoga. Et nous sommes passés de 2 cours par semaine en 2014 à 10 cours cette saison.

Outre les cours de yoga sur tapis, on peut y pratiquer du yoga dans l'eau et du yoga du rire une fois par mois.

Des ateliers et des stages sont proposés, et c'est dans ce cadre que nous avons eu le plaisir de recevoir François LORIN et Laurence MAMAN.

Pour exemple, cette saison, sont proposés : un atelier Bain de Forêt, un atelier Yoga Nidra, un atelier Qi Gong, un atelier Sonore et Chant Vibratoire, et un stage Yoga des Yeux avec Michel du Moutier.

Mais d'où vient un tel essor ?

Bien sûr, l'Amicale de Yoga de Chauvigny a bénéficié comme toutes les associations de l'attrait pour le yoga. En France, le nombre de pratiquants de yoga a été multiplié par plus de trois au cours de la dernière décennie. Aujourd'hui, le pays compte 10,7 millions de pratiquants de yoga, ce qui représente 20,5 % de la population, contre seulement 3 millions en 2010.

Mais ce n'est pas assez pour expliquer le dynamisme de l'association : une trentaine de bénévoles actifs et motivés œuvrent tout au long de l'année : le bureau est constitué de 8 personnes, le CA de 15 personnes, quelques bénévoles se chargent de trouver de nouveaux stages et ateliers, et une quinzaine de personnes font le relais entre les professeurs et le bureau (2 référents sur chaque cours).

Alors, pour fêter les 40 ans de l'association, nous terminerons l'année 2025 en proposant un atelier Ostéo Yoga, où les 5 professeurs de l'association seront présents pour proposer une posture qui aura été présentée par une Ostéopathe adhérente de l'association. Bien entendu, cet atelier sera suivi d'une soirée festive.

Yoga signifie relier, unir ? L'Amicale l'a bien intégré et le démontre au quotidien.

Nadine BESSEAU, élève et professeure à l'Amicale de Yoga de Chauvigny

Site internet de l'Amicale : <https://amicale-de-yoga-chauvigny.jimdosite.com/>