



COMMUNIQUE DE PRESSE

### **Le sommet du bien-être se déploie à Montréal**

**Montréal, le 2 novembre 2016** – Après Londres, San Francisco, New York et autres grandes métropoles du monde, Montréal s'apprête à devenir l'hôte d'un événement de yoga d'envergure internationale. Expo Yoga, qui se tiendra au Palais des Congrès les 11 et 12 février 2017, accueillera des yogis de renommée mondiale et réunira les grands noms du yoga au Québec pour faire vibrer les 10 000 visiteurs attendus. Au programme, des ateliers de yoga et de pleine conscience uniques, tels que Yoga et course hivernale (sur la neige), soirée de danse *Shake Your Chakras* ainsi que la conférence *Live a Little More Green*.

Édith Cochrane, porte-parole de l'événement, partage sa passion et son enthousiasme lorsqu'elle parle d'Expo Yoga : « Pendant deux jours, Montréal va vivre au rythme du yoga et de la pleine conscience et offrir des expériences enrichissantes », se réjouit-elle. Qu'ils pratiquent le yoga depuis plusieurs années, quelques mois ou pas encore, les visiteurs auront de bonnes raisons de dérouler leur tapis : des cours de yoga en continu en plein cœur de l'exposition, du Unda yoga, du yoga aérien, des capsules de méditation, la création d'un mandala collectif géant, six Espaces de découvertes en plus de 55 ateliers, conférences et classes de maîtres !

Les deux passionnées de yoga et femmes d'affaires aguerries derrière le projet d'Expo Yoga, Mélanie Brunet et Katrina Besner, ont rapidement reçu l'appui des plus grands noms du yoga au Québec, tels que Dr Bali, Nicole Bordeleau, Geneviève Guérard, Dawn Mauricio, Lyne St-Roch et Sylvie Tremblay, pour ne nommer que ceux-ci. Les cofondatrices auront même le privilège d'accueillir deux yogis mondialement reconnus, Colleen Saidman Yee et Rodney Yee, de *Yoga Shanti New York*, qui partageront leur expertise du programme *Urban Zen* de la Fondation de Donna Karan.

Les visiteurs pourront se préparer un horaire sur mesure en se procurant les accès *VIP*, *Namaste*, *À la carte* ou un billet pour l'exposition à compter d'aujourd'hui au [www.expoyoga.ca](http://www.expoyoga.ca). De plus, 150 exposants des milieux du yoga, de la saine alimentation, de la santé et des soins ainsi que de la mode et de la beauté seront présents pour informer et faire découvrir les nouvelles tendances.

La popularité du yoga au Québec n'est plus à démontrer. Pour preuve, des commanditaires tels que *Rachelle-Béry*, *La Presse+*, *Biologie Matrix RAW (L'Oréal)*, *Rise*, *Young Living Essential Oils* et *The Unscented Company* se sont associés à l'événement, sans compter des partenaires comme *Rouge FM* et *Tourisme Montréal*. *La Presse+* présentera même l'un des six Espaces de découvertes, *L'Espace Pause*, un mini studio où les visiteurs seront invités à se faire en prendre en photo dans une posture de yoga de leur choix. Pour consulter l'horaire d'Expo Yoga et pour s'inscrire : [www.expoyoga.ca](http://www.expoyoga.ca)

À propos d'Expo Yoga

Expo Yoga souhaite faire découvrir les bienfaits du yoga au plus grand nombre de personnes possible et faire vivre des expériences mémorables qui influenceront les participants à adopter

de saines habitudes de vie. Expo Yoga est un événement incontournable qui sera une source de diffusion et de créativité dans le domaine du yoga et de la pleine conscience.

– 30 –

**Pour information :**

Sophie Beauregard

514 882-9689

info@expoyoga.ca