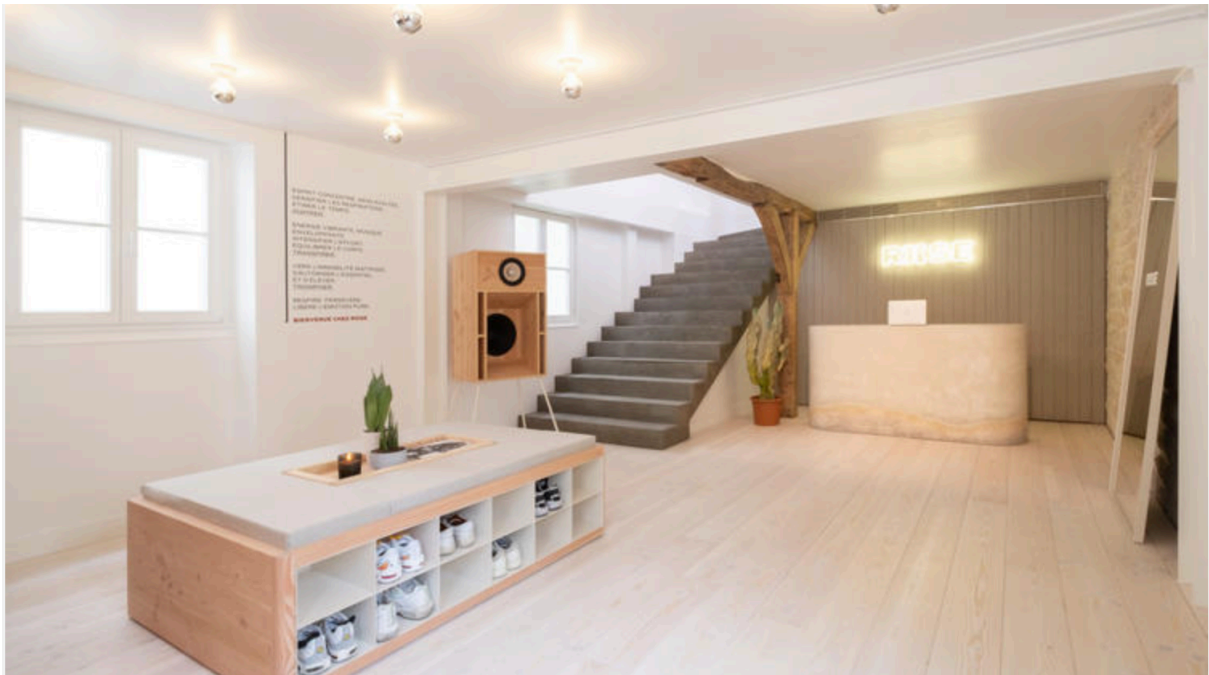


YOGA : CES NOUVEAUX STUDIOS POUR PRATIQUER A PARIS



Le studio Riise a été imaginé par l'équipe de Dynamo. [© DR]

Par Charlotte Marsal

Publié le 15/06/2021 à 18:19 - Mis à jour le 15/06/2021 à 18:20

Alors que les salles de sport ont pu - enfin - rouvrir leurs portes le 9 juin dernier, deux nouveaux studios ont été inaugurés à Paris pour pratiquer le yoga. Des concepts originaux dans des cadres qui invitent à la détente et à la méditation.

■ STUDIO RIISE

Dans la capitale, ils cartonnent avec leur concept d'indoor cycling. Les fondateurs de Dynamo ont profité du confinement pour élaborer un nouveau projet, baptisé Riise. Et cette expérience inédite et ouverte à tous prend désormais vie dans une ancienne écurie. C'est dans ce somptueux cadre de la rue Charlot que l'agence d'architectes DAS a imaginé un studio de yoga en adéquation totale avec la nature, et respectueux de l'environnement. Le bois que l'on retrouve ici, provient notamment des forêts des Landes, et des fontaines à eau sont mises à disposition.



Une fois en tenue, les participants sont invités à s'installer dans la salle chauffée à 26 ° C et plongée dans l'obscurité - avec seulement quelques bougies - pour cinquante minutes de pratique alternant yoga vinyasa et renforcement musculaire. On travaille en profondeur, on apprend à lâcher prise et on transpire à grosses gouttes. La musique et la voix du coach sont seulement là pour nous guider. Au terme du cours, la déconnexion est totale, et on en redemande.



riise_yoga
RIISE Charlot

Voir le profil



Comme chez Dynamo, les réservations se font **en ligne** à l'ouverture du planning chaque lundi, à midi. Il n'existe pas d'abonnement mais des crédits à la session ou par pack, oscillant de 16 à 27 euros (tarifs dégressifs). Pour ceux qui souhaiteraient se lancer, une séance d'essai est proposée à 15 euros. Inutile de venir avec son tapis de yoga ou sa serviette, tout est fourni sur place.

Studio Riise, passage du Retz (fond de cour), 9, rue Charlot, Paris (3^e).

<https://www.cnews.fr/conso/2021-06-15/yoga-ces-nouveaux-studios-pour-pratiquer-paris-1094113>