



Menu principal 

Documents Inscriptions 

Le Fresnoy, la sophrologue Claire de Zorzi collabore avec cette école renommée

[< Previous](#)

[Next >](#)

Découvrez la

SOPHROLOGUE DU JOUR

Claire De Zorzi



La sophrologue Claire de Zorzi a eu la chance de collaborer avec Le Fresnoy – Studio national des arts contemporains, un établissement connu dans l’univers artistique. Elle y a dispensé des séances de sophrologie aux étudiants artistes venus du monde entier. Évoluant dans un environnement très exigeant, la sophrologue a principalement ciblée sur la gestion du stress et la préparation mentale.

Découvrir nos actualités

La conférence sur le stress à l'ILIS de Lille avec Caroline Mahoudeaux

9 Avr 2024

Mélanie Vioulac : une sophrologue qui ouvre la voie en milieu scolaire

5 Avr 2024

Les apéros-sophro de la sophrologue Sandrine Demetresco

26 Mar 2024

Sujets tabous, la sophrologue Ghislaine Thomas crée un jeu pour libérer la parole

22 Mar 2024

Le Fresnoy, la sophrologue Claire de Zorzi collabore avec

La sophrologue Claire de Zorzi intervient au Studio national des arts contemporains

Ayant longtemps évolué dans le **milieu de la danse**, la **sophrologue Claire de Zorzi** a pris contact avec **Le Fresnoy** – Studio national des arts contemporains. Elle avait, **par le passé**, déjà collaboré avec cette grande école. Alors, lorsque Claire entend que **l'établissement** cherche un **thérapeute**, elle propose ses services. C'est de cette façon, que la **sophrologue** a pu intervenir auprès **d'étudiants artistes** en fin d'études, venant des **quatre coins du globe**. **Chaque semaine** de **novembre** à **décembre**, elle leur a offert une **bulle de bien-être** en **séances individuelles** (en anglais et en français) et **collectives**. Elle répondait donc à leurs besoins axés sur **la gestion du stress** et **la préparation mentale** face aux **exigences élevées** et à la **pression inhérente** à l'environnement **artistique**. Ses séances ont été saluées pour leur **impact positif** et ont ouvert la voie à des **interventions ponctuelles** à la demande, ainsi qu'à des **séances en cabinet**. Ainsi, Claire et l'école envisagent de renouveler leur **partenariat** pour de futures sessions, témoignant ainsi de l'importance de la **sophrologie** dans le **parcours académique** des artistes.

De la danse à la sophrologie

Le moins que l'on puisse dire est que Claire de Zorzi a la **danse dans le sang**. Ayant pratiqué cet art durant **plusieurs années**, elle lance un projet avec la grande **danseuse Carolyn Carlson**. Claire accompagne alors **l'artiste internationale** en tant que **manager** et **productrice**. Un métier qui lui permet de rencontrer les plus **grands danseurs** et de faire le **tour du monde** grâce aux **tournées**. Alors, pour **gérer le stress** de son métier, Claire pratique la **sophrologie** et se tourne vers la méthode lorsqu'elle détecte les premiers signes de **surmenage**. Ensuite, la transition vers la **sophrologie** s'est faite naturellement, car elle cherchait à rester connectée au **monde du corps** et de **l'expression**. Claire se forme donc au **métier de sophrologue** à l'Institut de **Formation à la Sophrologie** (IFS). Désormais, la **sophrologue certifiée** exerce dans un cabinet à Marcq-en-Baroeul (59). Spécialisée dans l'accueil des **enfants**, elle bénéficie d'une **excellente réputation** grâce au bouche-à-oreille. Ainsi, utilisant son réseau dans le **monde culturel**, Claire développe rapidement **des groupes** et multiplie les collaborations. Ravie de son activité, elle souhaite fusionner sa **passion pour l'art** et sa **vocation de sophrologue**.

Des interventions dans une grande école qui montre une nouvelle fois que nos sophrologues ont du talent !

La rubrique « Sophrologue du Jour », met en lumière nos anciens stagiaires. En effet, le métier de sophrologue évolue, tout comme la carrière de ceux qui ont été formés dans notre établissement. L'occasion pour tous de découvrir leurs parcours, leurs actualités et comment, chaque jour, ils font de leur activité un terrain de jeu sans limite.

**VOUS AUSSI, ENVOYEZ-NOUS VOTRE
ACTUALITÉ ET DEVEZ LE SOPHROLOGUE
DU JOUR !**

ÉCOLE CERTIFIÉE QUALISOPHRO



ÉCOLE CERTIFIÉE QUALIOPI



CONTACT

52 rue René
Boulanger, 75010
Paris
Téléphone:
01.43.38.43.90
Contacter par e-
mail

ESPACE STAGIAIRE

Pédagogique
(forum, tests,...)

Administratif
(présences,...)

Annuaire
sophrologues

RESTEZ CONNECTÉ

Recevez notre
newsletter

