

Économie sociale du Yoga

Déjà 1 an ! À l'heure où les salles de pratique restent encore closes, les enseignants, les bras ballants, et les pratiquants, reclus, la fondatrice et entrepreneuse des studios de yoga QEE fait le point. PAR VÉRONIQUE MAILLET

Nous, les studios et les professeurs de Yoga, nous aimons ce que nous faisons.

Avec l'arrivée du Coronavirus dans nos vies, nous avons dû évoluer, prendre ce qui vient comme il vient. Au premier confinement, certains studios ont réagi très vite, d'autres non, sonnés par le choc. Notre démarche, chez Qee, a été d'envoyer au départ tous nos élèves chez les professeurs en direct pour les soutenir et assurer leur survie. Par la suite, compte tenu de la longueur et de l'incertitude de notre fermeture, nos professeurs nous ont encouragés à passer le pas, et à proposer à nos élèves des cours en visio.

Au départ, la logistique a été très complexe. Nous avons été confrontés à plusieurs écueils technologiques. Il a fallu organiser autrement, les inscriptions, les envois de mails à chaque inscrit avec leurs codes visio. Le tout, en équipe extrêmement réduite. Mais nous avons compris que le visio pouvait être un vecteur bien-être pour beaucoup. Par exemple, nous avons eu au mois d'avril une centaine d'inscrits pour un cours de Yoga Nidra avec Micheline Flak.

La visio, positif et négatif

En positif, une partie des élèves apprécie le confort du Yoga à la maison, pouvoir se glisser dans son lit après le *savasana* d'une pratique tardive, ou bien continuer leur pratique lorsqu'ils sont éloignés de leur studio. Et lorsque nous rouvrirons, elle viendra en complément de la pratique en studio. Certains élèves peuvent ainsi faire plus de cours, d'autres parlent du gain de temps en évitant les transports, d'autres encore sont seuls dans leurs pratiques, ce qui a permis à certains d'atteindre des postures jamais faites. En négatif, 75 % des élèves n'ont pas été conquis par ce système et ont arrêté leur pratique. Ce qui est vraiment énorme et sans doute problématique pour l'avenir des professeurs et studios de Yoga, ainsi qu'en termes de santé publique. Nous savons tous que le Yoga permet une réduction du stress et une amélioration de l'immunité individuelle. Mais il y a une vraie lassitude du visio, surtout pour ceux qui travaillent déjà toute la journée devant un ordinateur en télétravail. L'énergie du professeur et

du groupe leur manque. Nous proposons à l'heure actuelle 70 cours, contre 400 environ habituellement dans nos studios, au prix moyen de 10 € en visio (20 € en salle) pour 5 à 40 personnes (8 à 12 en salle).

Économiquement, la plupart des studios ne retrouvent pas leur dynamisme pré-corona, alors que les loyers courent encore, et que les aides de l'État ne suffisent pas à combler l'ensemble des frais fixes. D'ailleurs, de nombreux studios ont fermé définitivement leur porte. Du côté des professeurs, les situations ont été et sont encore très diverses. Le temps de

La plupart des professeurs sont fatigués et éprouvés

mettre en place des cours, de communiquer, le premier confinement a été de ce point de vue très douloureux financièrement pour nombre d'entre eux. De surcroît, ce n'est pas la même dynamique, et certains n'ont pas réussi à s'adapter à cette nouvelle technique. D'autres n'ont pas tenté, soit pour des raisons liées à l'essence même du Yoga, ou parce qu'ils ont de jeunes enfants chez eux, ou une mauvaise connexion...

La plupart des professeurs sont fatigués et éprouvés, et certains même en détresse, et attendent avec impatience la réouverture des studios. Dans le futur, la pratique en visio va perdurer, car une partie des élèves apprécie le confort du Yoga à la maison, et elle viendra en complément des cours en studio. C'était déjà le cas au vu des développements des plateformes de vidéos de Yoga comme MyQee développée dès 2018 mais, dans le cas du visio, l'accessibilité du professeur est un plus.

Pour conclure, nous tenons, difficilement, et surtout nous attendons avec grande impatience l'heure heureuse, où nous pourrons à nouveau pratiquer notre Yoga en groupe, accueillir nos élèves en toute sécurité, et retrouver la bienveillance des studios de Yoga. ■



■ Véronique Maillat, fondatrice des Centres QEE