



Uschi Braun

Uschi débute sa carrière dans l'industrie du fitness en 1999, en enseignant les cours collectifs. Rapidement, elle s'est spécialisée dans les méthodes d'entraînement douces comme le BodyBalance, Pilates, Yoga ou Chiball. Détentrice d'un brevet d'Etat fédéral de formateur pour formateurs, et coach en PNL, Uschi est toujours en quête de nouveautés et de progrès. Cela l'a menée à créer "becauseiloveme" une entreprise de formation et d'événementiel. Uschi collabore également avec l'Université de Sport à Lausanne, bodyARTschool et IFHIAS.

Après avoir travaillé pendant 13 ans dans le domaine du fitness, et en ayant profité pour exercer dans les différents postes que cette industrie nous offre, le besoin de créer et de faire ressortir mes propres valeurs et croyances s'est fait ressentir. Spécialiste en formation Mind & Body, présentatrice internationale et enseignante à l'Université de Lausanne, j'ai fondé la société becauseiloveme.

La rencontre avec le bodyART® fût une des plus belles, car j'étais depuis longtemps à la recherche d'une méthode qui sait apporter une conscience corporelle à nos adhérents. En effet : comment vouloir changer ou rendre les gens plus « fit », plus heureux, mieux dans leur corps et leur esprit, si ils ne se rendent même pas compte qu'ils ont un corps, une respiration ? Appréciant particulièrement la qualité de la méthode, les savoirs, compétences et expériences des créateurs et formateurs bodyART®, c'est un honneur de pouvoir partager cette découverte avec le monde francophone.

bodyART® est diffusé en Suisse Romande et en France par la société becauseiloveme, société qui se donne comme mission d'être une plateforme, une référence dans l'art de s'aimer. Car s'aimer nous permet d'aimer les autres, de réussir et de nous sentir en harmonie avec nous même ... bodyART® est l'un des meilleurs moyen d'y arriver. D'ailleurs le nom becauseiloveme est né grâce à l'expression de Robert Steinbacher : « love yourself that is the secret » !