



## Sophie Lymburner

Fondatrice et chef de la direction de YogaTribes

### **Innovatrice et ambassadrice du bien-être au bureau.**

Sophie Lymburner est une femme d'affaires dynamique dont le travail relie les mondes du bien-être en milieu corporatif et de la technologie. En tant que fondatrice de YogaTribes, Sophie s'est donnée pour mission de démocratiser le yoga et de rendre ses bienfaits accessibles à tous, partout. Sous sa gouverne, YogaTribes est devenue une plateforme reliant les individus et leurs enseignants aux profonds bienfaits mentaux et physiques du yoga.

Le parcours entrepreneurial de Sophie a commencé comme pionnière dans l'espace numérique. Elle a fondé Blue, l'une des premières agences numériques au Canada, désormais spécialisée dans les communications en direct. Innovatrice naturelle, elle a élargi son impact en créant Aquarium.live, une plateforme de diffusion de webinaires conçue pour permettre aux entreprises de diffuser leurs événements en direct et gérer leurs audiences.

La passion de Sophie se situe à l'intersection du bien-être et de la technologie. Consciente des défis auxquels sont confrontés les professionnels dans des environnements d'entreprise sous haute pression, elle a défendu l'intégration des pratiques de yoga et de pleine conscience dans les bureaux, favorisant ainsi des lieux de travail plus sains et des équipes prospères. Sa capacité à faciliter des liens significatifs – qu'il s'agisse de personnes ou d'idées – lui a valu une réputation de véritable leader et visionnaire.

Grâce à son travail avec YogaTribes, Sophie fait non seulement progresser l'évolution du yoga, mais transforme également le rôle de la technologie dans le bien-être. Véritable chef de tribu, elle inspire les autres à adopter une vie d'équilibre, de connexion et de bien-être.

N'hésitez pas à lui envoyer une note ou un commentaire à [sophie@yogatribes.com](mailto:sophie@yogatribes.com) ou sur linkedin [www.linkedin.com/in/sophielymburner](https://www.linkedin.com/in/sophielymburner)