

L'ENVOL DU PHOENIX

du 17 au 19 juin 2022

à la Madeleine de la Beaume

43370 Solignac / Loire

CONTENU DU STAGE

L'été correspond, dans le cycle des saisons, à l'épanouissement du mouvement et à l'expression de l'énergie Yang.

Nous vous proposons de cheminer, par des pratiques corporelles et vocales complémentaires, durant trois journées construites autour de mouvements de Qi Gong, Yoga, danse et d'explorations vocales en chant et Yoga du son.

Ce chemin est une invitation à vivre l'unité de nos sens, à affiner notre ressenti des vibrations, à être à l'unisson des éléments qui nous entourent.

RENSEIGNEMENTS

lesoreillonsdesmurs@gmail.com

06 22 51 15 85

anatollia.fr / qjev.fr

Un *Chemin de*
l'Unisson
pour fêter l'été...

LE LIEU - LA MADELEINE DE LA BEAUME

Centre de ressourcement

06-89-51-38-93 www.lesenfantsdeletoilebleue.com

LES INTERVENANTS

Victor Ballaud

*Eveil du corps, de l'esprit et de l'énergie par le Qi Gong et le Yoga
Les souffles taoïstes et les moments musicaux seront aussi présents*

Veronika Warkentin

*Chant, exploration des timbres et des harmoniques vocales
Chanter, c'est tout à la fois donner et recevoir. C'est écouter...*



LES TARIFS

Pédagogie : 200 euros

Hébergement :

En dortoir : 30 euros

En chambre double : 50 euros

Repas : 12 euros / repas

Adhésion : 10 euros

LE DEROULEMENT DU STAGE

Accueil des stagiaires le 17 juin à partir de 17h

19h - 20h : Réunion d'accueil et repas léger tiré du sac

Samedi 18 juin

7h - 8h : Qi Gong

8h - 9h : Yoga du son et chant

Temps libre / petit déjeuner

10h - 12h30 : Qi Gong, danse et Yoga

Déjeuner

16h - 18h30 : Chant et danse, Yoga / asanas

Repas - En soirée, célébration du solstice

Samedi 18 à 20h30 : Bain Sonore (ouvert au public extérieur)

20h - 22h30 : Veillée Qi Gong / Chant / Rythme

dimanche 19 juin

7h - 8h : Qi Gong

8h - 9h : Yoga du son et chant

Temps libre / petit déjeuner

10h - 12h30 : Qi Gong, danse, chant, Yoga

Déjeuner

14h - 15h : Temps de pratique et d'échange

Un CHEMIN DE L'UNISSON pour fêter l'été...

L'envol du Phoenix

A la Madeleine de la Beaume

Du vendredi 17 au dimanche 19 juin 2022

BULLETIN D'INSCRIPTION

NOM :

Prénom :

Adresse postale :

Mail :

Téléphone :

Frais pédagogiques : 200 €

Adhésion à l'association Le Temps d'un Geste : 10 €

TOTAL Pédagogie : 210 €

*Ce bulletin d'inscription est à compléter et à envoyer, accompagné d'un chèque d'arrhes de 80 €, à l'ordre de l'association **Le Temps d'un geste** à l'adresse suivante : 73 route des 3 Villages, 38660 Plateau-des-Petites-Roches. Date limite d'inscription : 10 juin 2022*

Pour réserver l'hébergement et les repas, merci de vous adresser directement au gîte de la Madeleine de la Beaume : 06 89 51 38 93

A titre indicatif, voici les tarifs pour l'hébergement :

Hébergement : 15 € la nuitée en dortoir 15 x=€

25 € la nuitée en chambre de 2 personnes 25 x=€

Repas * : 12 € le repas 12 x=€

- Les petits déjeûners sont pris en autonomie

RENSEIGNEMENTS PEDAGOGIE : lesoreillonsdesmurs@gmail.com / 06 22 51 15 85

MATERIEL : pensez à apporter de quoi enregistrer, un tapis de yoga, un coussin, une tenue souple pour les pratiques en salle et une tenue pour les pratiques en extérieur (chaussures pour marcher en campagne et forêt).