

STAGE

« « DANSE, ARTS INTUITIFS, BIEN-ÊTRE » »

Animé par Nathalie & Frédéric GÉMARD

Ce stage « DANSE, ARTS INTUITIFS, BIEN-ÊTRE » est destiné à prendre soin de soi à travers l'expression et la détente profonde.

- Apprendre à lâcher-prise par des techniques simples,
- S'ouvrir à l'accueil et « laisser aller » tout en étant parfaitement présent à soi-même,
- Expérimenter et intégrer plusieurs approches de danse et d'initiations rythmiques
- S'approprier l'Art Intuitif à travers la peinture, le modelage et le dessin
- Se détendre profondément en eau chaude et avec la relaxation, la visualisation, l'écoute intérieure, la méditation, la douceur du souffle, l'éveil et l'expression corporelle et différentes « guidances »

en sont les objectifs.

L'animation sera orchestrée en fonction de l'énergie du groupe.

Ce stage est animé en salle et en piscine (eau 29°).

Stage « DANSE, ARTS INTUITIFS, BIEN-ÊTRE »

Du vendredi 26 juillet à 14h au mardi 30 juillet 2019 à 17h

Animation au Gîte du Bout d'Angrie à Angrie (49) à proximité de Angers

MODALITES

Inscriptions ouvertes jusqu'au vendredi 19 juillet (inclus)

Tarif : 804 € « tout compris »

Animation : 510 € - Résidentiel (pension complète) : 294 € en chambre 2 à 3 personnes dont 2 € de taxe de séjour

Les participants sont accueillis à partir de 13h le vendredi 26 juillet 2019

Groupe de 4 à 10 participants maximum

INSCRIPTION

Les modalités du stage sont communiquées quelques jours avant l'animation

Nom :

Prénom :

Tél. :

Adresse :

Date de naissance :

Mail :

- S'inscrit pour le stage « DANSE, ARTS INTUITIFS, BIEN-ÊTRE », signature :



A retourner avec 1 chèque d'arrhes (non encaissé) de 510 €
En cas de désistement (sauf cas de force majeure) ce chèque est acquis

Nathalie & Frédéric GÉMARD
COULEURS D'IRIS

2 rue des Jardins de Puygrenieux – 86340 ASLONNES

Tél. : 06 26 33 44 05 & 06 43 72 41 93

Mail : couleursdiris@orange.fr Site : www.couleursdiris.fr

COULEURS D'IRIS - SARL au capital de 6000 € - Siret 478 690 027 00030 - TVA FR 31 478 690 027