

DU YOGA AU CHANT

du 29 juillet, 9h30 au 2 août 2024, 18h

La Bastide de Boisset
impasse des Micocouliers
30210 Argelliers : 06 17 17 41 11

Hébergement : pension complète

dans une belle demeure avec piscine.
Repas végétariens, sans gluten.
(Petits déjeuners à prévoir)

Chambres 2 ou 3 personnes :

250€ (4 nuitées) **Repas : 125€**

Supplément **65€** pour chambre seule
Possibilité d'arriver la veille :

48€ (chambre à 2) ou 58€ (chambre individuelle)

Enseignement :

(tarif en fonction de la date d'inscription)

300€ avant le 15 avril

100€ à l'inscription, 100€ le 1er juin,
100€ le 1er juillet

350€ avant le 1er juin

100€ à l'inscription, 100€ le 1er juin,
150€ le 1er juillet

400€ après le 1er juin

200€ à l'inscription, 200€ le 1er juillet

Un entretien gratuit est demandé
avant toute inscription.

Relaxation, Respiration,
Postures dans le respect
de la morphologie de chacun,
Méditation.

Rendus ainsi présents à soi-même
et aux autres,
le Souffle, les Vibrations et les Sons
viendront naturellement s'incarner
et enrichir notre instrument.
La Musique prendra forme!

Climat de créativité,
d'écoute et de bienveillance,
respectant les limites de chacun.

Horaires :

8h/9h30 : Yoga 10h15/10h45 : régulation

11h/13h : Chant * 16h /17h15 : Chant

17h30/19h15 : Yoga

Temps de partage après le dîner,
soirées à définir ensemble.

du 29 juillet au 2 août 2024

du YOGA au CHANT



Stage près d'UZÈS Gard (30)

Yannick QUENET

06 67 89 57 39

Brigitte APAP FONDA

06 19 84 80 01



Yannick QUENET Professeure de Yoga et psychothérapeute

*Diplômée de la FNEY (fédération nationale des enseignants de yoga)
Psychothérapeute en analyse transactionnelle,
je suis titulaire du certificat européen en psychothérapie,
certifiée par l'IFAT (institut Français d'Analyse Transactionnelle)
et l'EATA (European Association for Transactionnal Analysis)
Formatrice et Superviseure agréée par l'EATA*

site : yannick-quetnet.com quenetyannick@gmail.com

Le Yoga s'adresse à toute personne désireuse de trouver une harmonie avec elle-même et avec les autres. Dans les postures proposées, l'approche progressive est adaptée à l'anatomie de chacun, dans le vécu de l'instant présent. La conscience respiratoire vient aider cet éveil dans une synthèse entre le Yoga de Desikachar et celui de Jean Klein. Relaxation, Respiration, Postures, Méditation constituent notre axe vers la présence à soi-même.

Brigitte APAP FONDA Praticienne en psychophonie®



*Musicienne depuis l'enfance, j'ai toujours joué du piano.
Rythmicienne et chanteuse professionnelle,
je me forme à la psychophonie de Marie Louise AUCHER
dès le début des années 1990.
Diplômée en tant qu'animatrice de chant prénatal, formatrice
et praticienne en Psychophonie depuis le début des années 2000,
j'enseigne le Chant et la pose de Voix à Nîmes et en Avignon.*

www.psychophonienimes.com b.apapfonda@gmail.com

La Psychophonie® souligne le lien intime entre le Souffle, la Voix et le Corps. Prendre le temps de se poser, s'ajuster à l'instant, apprivoiser sa Voix, parlée, chantée, en explorer les possibles, re découvrir ce plaisir, accéder à la Joie, à cette capacité de créer qui est propre à l'humain, s'harmoniser... Grace à la conscience du corps que l'on est, peu à peu les jeux vocaux et les vocalises libèrent et construisent notre Voix. Répertoire : chansons traditionnelles et chansons françaises, accompagnement au piano. Rythme, improvisation, humour seront au rendez vous.

DU YOGA AU CHANT

stage résidentiel du 29 juillet au 2 août 2024

Bulletin d'inscription

NOM

PRÉNOM

ADRESSE :

.....

TEL :

MEL :

5 chèques libellés à l'ordre de «ÉVEIL»

* 3 chèques pour l'enseignement (cf tarifs)

* 2 chèques de 125€ pour l'hébergement,

encaissés le 20 de chaque mois, sont à envoyer à :

Yannick QUENET

16 rue J.J.Rousseau 34000 Montpellier

Le solde de l'hébergement (s'il y a) et la nourriture (125€) seront à régler au début du stage.

Annulation possible et sans frais avant le 1er juin

Au delà, les acomptes déjà encaissés restent acquis.

Fait à Le

Signature