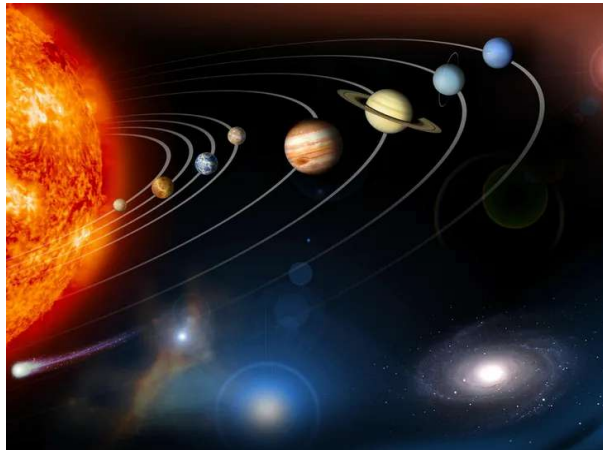


STAGE DE DANSE DE L'ÊTRE®

L'ODYSSÉE DES PLANÈTES

du 13 au 17 août au Moulin de Lançay à Questembert (56)



Ce stage de Danse de l'Être® offre un temps de reconnexion à soi, à l'Univers et à la Nature au cœur de l'été, dans la région Bretagne Sud. Il est proposé par Sophie Carles (www.corps-e-mouvants.fr) praticienne en Danse de l'Être®.

La Danse de l'Être®, méthode Fabienne Courmont (www.dansedeletre.org) nous amène à explorer ce qu'il y a de plus profond en nous, en dansant avec ce qui est présent dans l'instant, sans a priori ni jugement. Elle nous invite à prendre le temps d'écouter son Être intérieur, se laisser guider par son imaginaire, sa sensorialité et se déposer dans *l'ici et Maintenant*, pour se laisser métamorphoser en douceur grâce au mouvement dansé et découvrir son Être profond. C'est aussi une invitation à se laisser traverser par les énergies des lieux, danser avec tout ce qui nous entoure, à se sentir relié, vivant, et rayonner dans la plénitude et la Joie de son Être.

Cette année, le stage aura pour thème « *l'Odyssée des planètes* » : cette odyssée à travers le système solaire vous amènera à rencontrer chacune des planètes à travers les archétypes de la mythologie et des contes qui leurs sont associés, à ressentir comment ils vibrent en vous et à les harmoniser. Nous pratiquerons également la danse du tournoiement, la danse des derviches tourneurs du Moyen Orient, qui favorise la connexion Corps-Âme-Esprit, au Divin et à l'Univers. Les journées commenceront par des pratiques énergétiques millénaires venues d'Asie, telle que le Qi Gong (Chine) et le Shinto (Japon). Des temps de paroles seront ménagés en début et fin de journée pour échanger sur ce que vous vivez et mieux intégrer l'expérience.

Détails pratiques

Le stage débute le mercredi 13 août à 14h30 et se termine le dimanche 17 août 2025 vers 16h. Il aura lieu au moulin de Lançay, à Questembert, en nature (forêt, rivière, rochers...) et en salle (une très belle salle avec un parquet), en fonction des propositions et de la météo.

Aucune compétence artistique ou technique de mouvement n'est requise, juste l'élan de participer. Le nombre de participants est limité à 8, afin de pratiquer dans un cadre intime et bienveillant permettant de vivre des moments forts en émotions.

BULLETIN D'INSCRIPTION

A compléter et à renvoyer par e-mail à Sophie

sophie@corps-e-mouvants.fr

avant le 31 juillet 2024

Mes coordonnées

NOM :
Prénom :
Adresse :
Code Postal :
Commune :
e-mail :
Tél portable :

Ma participation financière

Les frais de participation pour le stage du 13 août à 14h30 au 17 août 2025 vers 16h, hors hébergement et restauration, s'élèvent à :

- ☐ 270 € pour une inscription avant le 30 juin ou si vous venez en couple (tarif préférentiel)
- ☐ 300 € pour toute autre inscription (merci de respecter la date limite du 31 juillet)

Dans les deux cas :

- je confirme mon inscription en versant des arrhes (100 € non remboursables*)
à l'ordre de Sophie Carles sur le compte IBAN FR76 1360 6001 2546 3253 0875 396 BIC
AGRIFRPP836
- j'envoie un e-mail à Sophie pour l'informer de la date du virement des arrhes
sophie@corps-e-mouvants.fr
- je règle le solde de 170 € ou 200 € au début du stage, si possible en espèces

** En cas d'annulation du stage de la part de l'intervenante ou du Moulin de Lançay (force majeure ou nombre insuffisant d'inscrits), les arrhes vous seront remboursées.*

Mon hébergement

Le Moulin de Lançay à Questembert offre la possibilité de camper sur le lieu du stage (tarif 10 euros la nuit avec accès à une cuisine d'été, toilettes sèches et douche attenante à la salle).

Pour les participants qui ne souhaitent pas camper, merci de contacter l'office du tourisme pour réserver une chambre d'hôtes ou un gîte sur Questembert ou à Rochefort-en-Terre (tél. 02 97 26 56, e-mail info@rochefortenterre-tourisme.bzh - www.rochefortenterre-tourisme.bzh)

Merci de nous indiquer si vous souhaitez dormir sur place ou pas :

- ☐ je réserve une place pour camper au Moulin de Lançay
- ☐ je réserve un gîte, une chambre d'hôte, un hôtel via l'office du tourisme
- ☐ je suis de la région et je n'ai pas besoin d'hébergement

Repas

Chacun apporte les provisions nécessaires pour tout le séjour.

Un chalet équipé d'un petit frigo et d'une gazinière est accessible pour préparer les repas.

- Les midis, nous pique-niquerons en nature ou au chalet du Moulin en cas de pluie, et ceci quelle que soit la formule d'hébergement retenue.
- Le soir, pour une plus grande convivialité, nous suggérons de prendre les dîners en commun au chalet.

Logistique et co-voiturage

☐ je cherche un co-voiturage depuis.....

☐ je dispose d'un véhicule et suis prêt(e) à être mis en relation pour proposer du covoiturage à un autre participant pour le trajet de à

Responsabilité et engagements

J'ai conscience que la pratique d'une activité physique comporte un risque de blessure. Il est de ma responsabilité de m'assurer de mon aptitude à la pratique et de consulter un médecin en cas de doutes, de prévenir les intervenants de toute fragilité ou douleur chronique ou temporaire, de souscrire une assurance responsabilité civile couvrant la pratique d'activités sportives et de loisirs et d'être à l'écoute de mon corps et de mes limites.

Je m'engage à respecter les lieux et les consignes qui me seront communiquées en début de stage et qui sont nécessaires au bon déroulement du stage et d'une vie en communauté harmonieuse.

A _____, le _____
Lieu et date

Nom, prénom et signature du participant,
précédés de la mention « *lu et approuvé* »