

LA SOMATIQUE DU COEUR



Body-Mind Centering® & Contact Improvisation

Stage avec ALEX GUEX (CH/FR)
3 septembre – 7 septembre 2025
Cévennes , Aiguebonne, France

Au centre de notre respiration et de tout échange , le cœur. Probablement au centre de notre émotion d'exister, aussi lui. Dans ce qui nous touche l'âme, dans nos mains pleines qui s'offrent , dans nos yeux et nos bras qui s'ouvrent. Lui, c'est le coeur rivière, mais aussi le cœur vibration, le cœur muscle, le cœur organe. Lui , c'est tout son environnement , ses soutiens et l'histoire de sa création .
Nous irons sentir et ressentir, danser, vibrer, couler, chanter, aimer, adoucir, exprimer, depuis notre humble coeur. Nous y inviterons l'innocence renouvelée , la générosité du recevoir, le courage de l'expression, l'immense embrassée du vivant.

Un stage pour une anatomie incarnée, au coeur de la nature des Cévennes, soutenu par différentes modalités expressives (CI, mouvement spontané, dessin, écriture, nature) . Une invitation unique à prendre soin du coeur et , tout autant, le laisser prendre soin de nous et nous guider . Ouvert à toutes personnes qui ont déjà plusieurs expériences et se sentent à l'aise avec la guidance du Body-Mind Centering .

Tarifs

380 euros par personne

en camion ou tente / ou dortoir (6 place max)

Ce tarif comprend : les nuitées, les repas du midi et les frais pédagogiques.

12 places maximum.

L'arrivée est demandée le mercredi à 13h .

Début des cours mercredi à 15h30 – fin des cours dimanche 15h30, ménage compris

Les repas du midi seront concocté par notre cuisinière .

Les soirées, nous ferons des équipes cuisines , auquel vous participerez une fois pour faire un repas à l'ensemble du groupe. Les petits déj sont à organiser pour vous même.

Inscription dès le 1juin 2025 (pas de réponse avant cette date) : auprès de elsa.saurel@gmail.com

Elle vous dira comment réserver votre place via l'envoi d'un chèques d'arrhes de 100euros non remboursable.

