



## CONTACT IMPROVISATION & BODY-MIND CENTERING ®

### LES ORGANES – RETOUR A L'ESSENTIEL

---

Stage intensif avec Alex Guex  
30 septembre au 6 octobre / Pave, Ariège (FR)



Faisons chemin retour, nos organes nous attendent juste là, dans ce chez soi tout au fond tout au chaud. Bienvenue dans la saveur du doux, du simple, du plein et du vrai. Bienvenue à ces sources vitales du dedans, ces terres fondatrices du mouvement. Ils seront nos guides, comme ils l'ont déjà été, dans notre petite enfance,

Si nous écoutons bien, des clés de confort interne seront délivrées, des chemins de présence seront habités. Nous goûterons à cet intérieur qui sait, et qui soutient nos manière de respirer, rouler, ramper, porter et être porté, écouter et s'exprimer.

Chaque organes imprimera sa rondeur et son volume, mettra du fond dans nos formes. Il y a des facultés d'ancrage et de motilité interne assez magiques dans ce système qui est au plus proche de nos besoins. Il y a aussi habiter pleinement sa place, ici et maintenant, dans le lien qui vient et le toucher qui nourrit. Et il y a l'esprit et la densité d'aimer. Bref, beaucoup beaucoup de promesses d'humanité.

---

#### Info tarifs \* & inscriptions

400 euros en tente personnelles ou en camion ou en externat - (places limitées)

430 euros en gîtes ou en tentes aménagées

*Ce tarif comprend 5 repas du midi + hébergement + frais pédagogiques. Les petits déjeuners personnels et un repas du soir à concocter avec une équipe pour l'ensemble du groupe, restent à votre charge.*

Contact : Anne-Sophie : [soroses@hotmail.com](mailto:soroses@hotmail.com)

Un chèques d'arrhes de 130euros non remboursable vous sera demandé pour réserver votre place. Niveau de pratique : avec expérience préalable du CI et si possible aussi de l'approche somatique.

Arrivée demandée samedi 18h et départ prévu vendredi à 16h30

*\* Les tarifs des stages ont sensiblement augmenté en 2023, à mon grand regret, étant donné l'augmentation des frais des gîtes, de chauffage, de déplacement et de nourriture. Merci de votre compréhension.*

