



C'est avec beaucoup d'enthousiasme que nous co-animons, depuis plusieurs années des stages dans nos arts respectifs: **la voix**, la puissance du son et **la pratique de yoga**.

Ces immersions sont de vrais temps de respiration, de pause dans nos vies effrénées, où l'on perd parfois de vue l'essentiel et le sens du sacré.

Explorer l'art de respirer, du souffle, explorer l'espace-corps comme un vaste champs des possibles, avec **Julie TROUILLER**. Oser l'expression de soi, de sa voix(e), et réveiller l'enfant qui joue en nous, avec **Claire PASTOR**.

Claire accompagnera nos voix avec puissance, humour et bienveillance, au travers de chants sacrés du monde entier: du Gospel jusqu'aux Mantras... Elle réveillera le feu de Vie qui sommeille en chacun.e de nous.

Julie accompagnera nos corps avec lenteur, profondeur et douceur infinie, elle réveillera cette écoute affectueuse au cœur de chacun.e.

Nul besoin de savoir chanter ni faire le grand écart...
Être mu.e par la curiosité et par le désir de (se) connaître, d'oser suffit !
Et peut être, par l'appel de cette joie d'être toute simple, sans cause, au fond de soi...

INFOS PRATIQUES

23 au 27 Juillet

Arrivée sur le lieu le 23.07 à partir de 16h
et départ le 27 à 16h.

4 nuits

dans le **Gîte des Belles Ombres**
à Sainte Marie du Mont en Isère.
à 40 minutes de Chambéry
covoiturage possible
depuis la gare de Chambéry

TARIF

665 euros tout compris
dodo + repas + animation

POUR VOUS INSCRIRE !?

merci d'envoyer un mail à Claire :
atelieralorsonchante@gmail.com
ou par téléphone au 06 64 74 44 88