



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...

## **22 au 26 Juillet**

Arrivée sur le lieu le 22 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  
covoitfrage possible  
depuis la gare de Chambéry



### **TARIF EARLY BIRD**

**animation**

jusqu'au 31 décembre 25 = 280 euros  
à partir du 1er janvier 26 = 400 euros



**frais fixes**  
dodo+miam  
à partir de 348 euros  
à régler au gîte sur place

### **INSCRIPTION et INFOS par mail**

[atelieralorsonchante@gmail.com](mailto:atelieralorsonchante@gmail.com)