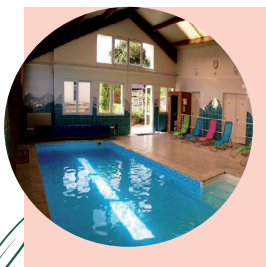


Déroulement du séjour



Nous vous accueillons dans le centre de la Gauvénère, entre Angers et Saumur. Nous profiterons, d'un parc magnifique, d'une piscine intérieure chauffée et des saveurs d'une cuisine locale et de saison.

Paroles de stagiaires

« Chaque jour a été une perle de bonheur, je repars avec un beau collier » M.

« Une parenthèse enchantée à l'écoute de son corps, comme un cadeau à s'offrir. Avec pour se faire du bien, des mouvements, des méditations, du toucher des mots, des rires, des belles rencontres... » L.

« Un voyage.
Insouciance et légèreté » C.

Inscription

Dates :

Le stage débutera le **mercredi 8 mai 2024 à 15h** et se conclura le **dimanche 12 mai 2024 à 15h**.

Prix :

696 € / personne, pour une inscription reçue avant le 1^{er} mars 2024.

Ce prix comprend le stage et la pension complète en chambre double.

Chambre seule avec supplément de 40 € (suivant disponibilité).

Réduction de 36 € pour les adhérents de l'association Les Sens du Mouvement.

Lieu :

Centre de la Gauvénère
11, chemin des Gauvénères
49350 ST GEORGES DES 7 VOIES
www.gauvénère.com

Merci de nous contacter pour vous inscrire et pour tout renseignement complémentaire. Un bordereau d'inscription et les modalités de paiement vous seront envoyés.

🌐 www.lessensdumouvement.com

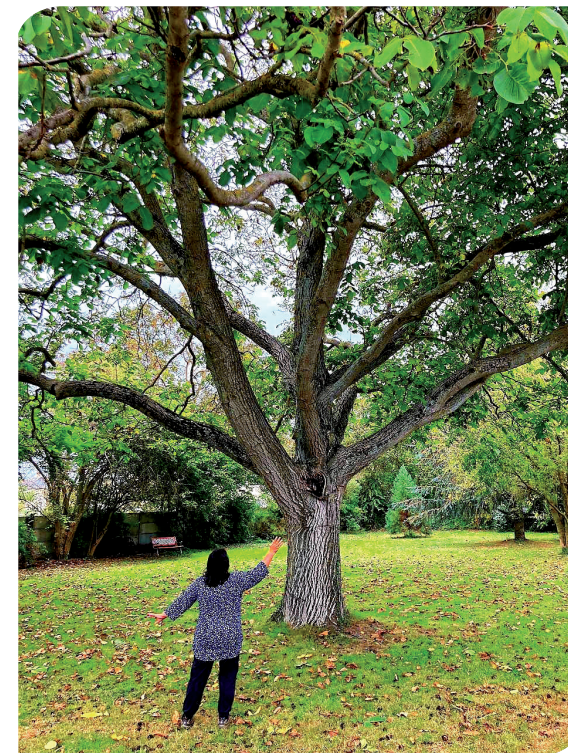
✉ lessensdumouvement@free.fr

☎ **Isabelle AKNIN : 06 63 73 05 86**

☎ **Marie BARGUIL : 06 70 71 82 02**

Besoin de prendre soin de vous ?

Du 8 au 12 mai 2024 dans la douceur Angevine



Stage de Pédagogie
Pleine Présence proposé
par Isabelle et Marie

Objectifs du stage

La Pédagogie Pleine Présence (aussi appelée Somato-psychopédagogie) vous invite à une rencontre avec vous-même.

Nos outils :

- La gymnastique sensorielle (dimension perceptive et expressive du mouvement)
- Le mouvement codifié
- La méditation pleine présence
- Des moments d'échanges.

« Être présent à soi c'est être conscient de soi avec bonheur. »
Danis Bois



Offrez-vous le temps pour

- Goûter l'expérience de votre corps en mouvement avec des exercices doux, respectueux, simples, codifiés et libres.
- Découvrir ou approfondir la méditation pleine présence,
- Vous laisser guider par la danse sensorielle,
- Savourer un temps de détente avec le massage perceptif,
- Approfondir vos connaissances de la nutrition à travers l'écoute des besoins de votre corps,
- Découvrir la numérologie,
- Vous accorder de vraies pauses, tout simplement.

Un chemin au cœur
de soi ...



Les formatrices

Somato-psychopédagogues (SPP) et titulaires d'un DU de l'université moderne de Lisbonne.



Marie BARGUIL

est infirmière DE en Bourgogne et coordinatrice santé. Elle anime des cours et des stages de SPP (*qu'elle pratique depuis plus de 30 ans*).

Isabelle AKNIN

engagée depuis près de 30 ans en SPP, elle anime des cours et des stages au sein de l'association «Les Sens du Mouvement» qu'elle a fondée en 2004 près de Nantes.



Très complémentaires, Isabelle et Marie proposent en co-animation des stages en France, en Crète et dans le Sahara marocain depuis près de 15 ans.