

Déroulement du séjour

Nous vous accueillons à Grosbreuil en Vendée, dans un domaine entièrement à notre disposition. Ce lieu calme, en pleine campagne et proche de l'océan, est idéal pour nous poser et nous ressourcer.

Une piscine intérieure et un SPA sont à notre disposition.

**Début du stage le lundi 6 octobre 2025 à 15h
et fin le vendredi 10 octobre 2025 à 12h.**



Paroles de stagiaires

«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.

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

Tarifs

- 369 € le stage
- 330 € le stage pour les adhérents de l'association Les Sens du Mouvement
- 285 € la pension complète en chambre double
- 15 € par jour l'accès au site sans hébergement

Inscription

Merci de nous contacter pour vous inscrire et pour tout renseignement complémentaire.

Un bordereau d'inscription, les modalités de paiement et de logistique vous seront envoyés.

Lieu

Le Chromatic
La Coutancière, 85440 Grosbreuil

 <https://www.lechromatic.com>

Contacts

 06 63 73 05 86 Isabelle AKNIN KLASSEN

06 70 71 82 02 Marie BARGUIL

 lessensdumouvement@free.fr

 www.lessensdumouvement.com

Du 6 au 10 octobre 2025

En Vendée, entre
terre et mer

Stress : ami ou ennemi ?

Besoin de cultiver votre bien-être ?

De prendre du temps pour vous ?

Stage bien-être
Plaine Présence

proposé par
Isabelle et Marie

Objectif du stage

Offrez-vous un temps, hors du temps, en immersion dans un lieu inspirant pour retrouver ou entretenir votre bien-être, votre vitalité, votre sérénité.

Thème de cette année : le stress.

Nous utilisons les concepts de la somatopsychopédagogie (méthode Danis Bois) et d'autres approches.

Accordez-vous...

- Goûtez l'expérience de votre corps en mouvement avec des exercices doux, respectueux, simples, codifiés et libres
- Découvrez ou approfondissez la Méditation Pleine Présence (un temps rien que pour vous)
- Mobilisez vos fascias et améliorez votre fluidité
- Laissez-vous guider par la danse sensorielle
- Déployez-vous grâce à la respiration et la voix
- Partagez des moments d'échanges afin d'enrichir votre expérience corporelle
- Savourez un temps de détente en expérimentant le massage perceptif



... de vraies pauses !



Les formatrices

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

Isabelle Aknin Klasen



Engagée depuis 30 ans en SPP, j'anime des cours et des stages dans l'association "Les Sens du Mouvement" que j'ai fondée en 2004 près de Nantes.

Marie Barguil

J'anime des cours et des stages de SPP depuis plus de 30 ans .

J'ai un parcours en parallèle d'infirmière DE et de coordinatrice de MSP en Bourgogne ainsi que prof de yoga.



Très complémentaires, nous proposons, en co-animation, des stages en France, en Grèce et dans le Sahara marocain depuis plus de 15 ans.