

le théâtre

Les ateliers seront animés par Anne Angebault.

La découverte du théâtre passera d'abord par des moments centrés sur soi (respiration, présence, regard) pour aller progressivement vers la créativité collective (improvisation, création, représentation).

L'objectif est de vous faire partager le plaisir de se construire et de s'épanouir grâce au jeu théâtral afin de gagner en confiance et de développer votre créativité.

le yoga

Les cours seront donnés par Yannick Quénet.

Le Yoga s'adresse à toute personne désireuse de trouver une harmonie avec elle-même et les autres.

Dans les postures proposées, l'approche progressive est adaptée à l'anatomie de chacun, dans le vécu de l'instant présent.

La conscience respiratoire vient aider cet éveil dans une synthèse entre le Yoga de Desikachar et celui de Jean Klein.

Relaxation, Respiration, Postures, Méditation constituent notre axe comme moyen vers la présence à soi-même.

Nous avons choisi l'alliance du théâtre et du yoga pour vous permettre de vivre ce précieux aller-retour entre votre espace intime et la relation avec l'autre.

Lieux où acteur et spectateur se rencontrent.

Les fruits en sont :

Equilibre. **D**étente. **M**ieux-être. **H**armonie corps-esprit. **G**estion du stress.

Vers : La rencontre de la **Joie** du moment **présent**.



Déroulement

L'ensemble du groupe suivra les cours de yoga et les ateliers théâtre. Des temps d'échange permettront l'expression du vécu de chacun.

Ambiance

Climat de créativité, d'écoute et de bienveillance respectant la limite de chacun sur tous les plans. Nous nous inscrivons dans le courant de l'Analyse Transactionnelle et de l'inspiration Rogerienne pour faciliter la communication.

Horaires (sous réserve)

8h - 9h30 : yoga

9h30 : petit-déjeuner

10h - 12h00 : théâtre

15h30 - 17h30 : théâtre

17h30 - 19h : yoga

20h15 : temps d'échange

Soirées à définir ensemble

Public concerné

- toute personne désirant pratiquer le yoga
- toute personne cherchant à développer sa créativité, sa confiance en soi et sa présence par l'expression théâtrale

- Stage ouvert à tous y compris aux grands débutants

Un entretien individuel est demandé avant toute inscription



Bulletin d'inscription

Règlement à retourner, accompagné de vos 3 chèques à :

La Compagnie Artis
103, Chemin du Moulin
13105 Mimet

06.61.39.53.61

Je m'inscris au stage Théâtre et Yoga :
Du 26 au 31 juillet 2014

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

Téléphone :

Mobile :

E-mail :@.....

Je verse 3 chèques à l'ordre de ARTIS, qui seront encaissés selon l'échéancier figurant au verso.

Je demande une Convention de Formation
(Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro
93.13.14725.13 auprès du préfet de région de Provence Alpes
Côte d'Azur)

Fait à

Le

Signature

Yannick Quenet

tel : 04 67 52 83 13

e-mail : yannick.quenet@laposte.net

Www.yannick-quetnet.com



Professeur de yoga, diplômée de la FNEY*.

Psychothérapeute en analyse transactionnelle, certifiée par l'IFAT* et l'EATA*. Titulaire du certificat européen en psychothérapie.

Formatrice et Superviseur en contrat avec l'EATA.

* FNEY : Fédération Nationale des enseignants de Yoga

IFAT : Institut Français d'Analyse Transactionnelle

EATA : European Association For Transactional Analysis

Anne Angebault

Tel : 06 61 39 53 61

e-mail : anne@lacompagnieartis.com

Www.lacompagnieartis.com



Diplômée de Sciences Po Paris, de l'Institut d'Etudes Théâtrales de la Sorbonne et de l'Université Paris 8. Comédienne, formatrice et coach certifiée, Anne a fondé « Artis », une structure spécialisée dans l'accompagnement et le développement personnel par le théâtre.

Dates :

Du samedi 26 juillet 15h30 au jeudi 31 juillet 14h

Prix du Stage :

Enseignement

- 300 euros si inscription avant le 15 mars
- 350 euros si inscription avant le 1er juin
- 400 euros après le 1er juin

Hébergement en pension complète

250 euros la semaine

Chambre entre 2 et 4 personnes

Supplément chambre individuelle de 100 euros la semaine

Règlement du stage :

1er prix (avant 15 mars) : 550 euros tout compris

- 150 euros à l'inscription
- 200 euros le 1er juillet
- 200 euros le 26 juillet

2ème prix (avant 1er juin) : 600 euros tout compris

- 150 euros à l'inscription
- 200 euros le 1er juillet
- 250 euros le 26 juillet

3ème prix (après 1er juin) : 650 euros tout compris

- 150 euros à l'inscription
- 250 euros le 1er juillet
- 250 euros le 26 juillet

Les 3 chèques sont à envoyer ensemble au moment de l'inscription et seront encaissés aux dates ci-dessus.

Annulation possible et sans frais avant le 26 juin 2014.

Théâtre et Yoga

Stage pour adultes
Du 26 au 31 juillet 2014

Centre L'Eterlou

26 400 Plan de Baix

Au cœur de la Drôme

04.75.76.42.20

www.eterlou.com

Renseignements auprès de :

Anne Angebault : **06.61.39.53.61**

Yannick Quenet : **04.67.52.83.13**

