

le clown

Le clown est avant tout une activité expressive ; rencontrer son clown, ce n'est pas faire le clown, mais laisser surgir ce personnage qui est en nous.

À la fois profond et léger, le clown est la partie la plus vivante de l'être.

Le clown n'est pas contraint par les normes sociales, il est absolument libre

La matière première du clown, c'est soi-même, chacun avec son histoire, son imaginaire, son corps, ses émotions,

le yoga

Les cours seront donnés par Yannick QUENET et par des professeurs de yoga en formation.

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

Dans les postures proposées, l'accent est mis sur le vécu du présent dans une approche progressive adaptée anatomiquement à chacun.

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.

Les fruits en sont :

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

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

Déroulement

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

Ambiance

Climat de créativité, d'écoute de bienveillance respectant la limite de chacun sur tous les plans.

Nous ferons référence à la grille de lecture de l'analyse transactionnelle et utiliserons l'écoute d'inspiration rogerienne pour faciliter la communication.

Horaires (sous réserve)

8h - 9h30 : yoga

10h30 - 13h00 : clown

16h00 - 17h30 : yoga

17h45 - 19h30 : clown

19h30 - 20h00 : régulation

Soirée à définir ensemble

Public concerné

- toute personne désirant pratiquer le yoga
- toute personne cherchant à développer sa créativité par le clown

Un entretien individuel est demandé avant toute inscription



Bulletin d'inscription

Chèque encaissé en début de stage
Facilité de paiement négociable

À retourner, accompagné de vos versements à :
Yannick Quenet
16. rue JJ Rousseau
34000 MONTPELLIER

Je m'inscris au stage de yoga et clown :
6 au 11 août 2013

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Mobile :

E-mail :@.....

. Je verse un chèque de Euros
50% de la somme totale de l'enseignement
(somme remboursée en cas d'annulation de votre part un
mois avant le stage) à l'ordre de Yannick Quenet

. Je verse les arrhes au centre pour
l'hébergement

Fait à

Le

Signature

Yannick Quenet

tel : 04 67 52 83 13

e-mail : yannick.quenet@laposte.net

site : <http://yannick-quenet.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

Laetitia Dubois

tel : 06 23 07 78 54

e-mail : ressourcesemois@yahoo.fr

blog : <http://clownmoi.over-blog.com>



Art-Thérapeute utilisant le média clown.

Praticienne en psychothérapie.

Clown de relation à l'hôpital et maisons de retraite pour l'association « Toc, Toc, Toc ».

Clown et comédienne au sein du collectif « Chapeau Claque ».

Date : du mardi 6 août 2013 à 17h00
au dimanche 11 août à 14h00

Prix :

Frais d'enseignement :

320 €/personne si inscription avant le 1er mai

360 €/personne si inscription après le 1er mai

380 €/personne si inscription après le 1er juin

Frais de salle :

+ 50 € par personne

Frais d'Hébergement

et pension complète (3 repas)

Nourriture végétarienne

Prix pension complète :

Camping : 22 euros/jour

Dortoir (de 6 à 10 lits) : 27 euros/jour

Chambre 2/3 lits : 36 euros/jour

Chambre individuelle : 47 euros/ jour

Réservation à prendre directement auprès du lieu

Institut Vajra Yogini

Château d'en Clausade

81500 Marzens

Tél: 05 63 58 17 22

institut.vajra.yogini@wanadoo.fr

L'Institut Vajra Yogini est situé à 6 km de Lavour, dans le Tarn et à 45 km à l'est de Toulouse, dans le sud-ouest de la France.

Comment s'y rendre :

Par le train : Gare de Lavour, possibilité de venir vous chercher.

Itinéraire sur demande

Yoga et Clown

Stage pour adultes
Du 6 au 11 août 2013

Institut Vajra Yogini
Château d'en Clausade
81500 Marzens
(45 km de Toulouse)



Tel : 04 67 52 83 13
animé par
Yannick Quenet et
Laetitia Dubois