Dates : **du 19 juillet à 9h30 au 23 juillet à 18h**

Hébergement en pension complète - repas végétariens (petit déjeuner à prévoir)	
chambre de 2 ou 3 personnes	soit 360€ pour 5 jours (4 nuits)

Supplément 50 € pour chambre individuelle (nombre limité)
Possibilité d'arriver la veille (48 € / nuit chambre à 2
58 €/ nuit chambre individuelle)

Tarifs

Enseignement (tarif en fonction de la date d'inscription)	
300 € avant le 15 avril	350 € avant le 1 juin

Règlement du stage enseignement seul :	
1er tarif (avant 15/4) :	**2eme tarif** (avant le 1/6)
100 € à l'inscription	100 € à l'inscription
100 € le 1er juin	100 € le 1er juin
100 € le 1er juillet	150 € le 1er juillet

Les chèques, à l'ordre d'Éveil, sont à envoyer ensemble au moment de l'inscription et seront encaissés aux dates indiquées ci-dessus. Annulation possible et sans frais avant le 1 juin ; au-delà, les acomptes déjà encaissés restent acquis. Remboursement total si confinement total
Inscription définitive en retournant le bulletin à :

Yannick QUENET, 16 rue J-Jacques Rousseau, 34000 Montpellier

Bulletin d'inscription au stage du 19 au 23 juillet 2021

Nom :_____ Prénom : _____

Adresse :
_____

Téléphone : _____ Mobile : _____

E-mail : _____ @ _____

Fait à _____ Le ……

Signature : _____ **Régime particulier** ……

Du Yoga au Chant

du 19 au 23 JUILLET 2021

Près d'Uzès, Gard (30)

Avec

Viviane BOURQUIN
☎ 04 67 44 76 34 ou 06 19 72 74 86

Yannick QUENET (Asso. Eveil)
☎ 06 67 89 57 39

YOGA *avec Yannick Quenet*

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.

LE CHANT *avec Viviane BOURQUIN*

Jeux vocaux et échauffements techniques, pour ressentir la posture corporelle, le souffle, les vibrations et ainsi explorer le son en douceur.
Chants, pour découvrir ou enrichir le timbre de la voix, développer l'écoute musicale.
Ces exercices ludiques, accessibles à tous, permettent la créativité et l'expression des émotions, sources de plaisir et de partage.

Ce stage ne nécessite aucun prérequis en chant hormis l'envie de vivre pleinement sa voix!

AMBIANCE

Climat de Créativité, d'écoute et de bienveillance respectant la limite de chacun.

Horaires (sous réserve de modification)

8h - 9h30 : Yoga
10h15 – 10h45 : Régulation
11h - 13h : Chant
16h - 17h15 : Chant
17h30 - 19h15 : Yoga

Temps de partage après le dîner et soirées à définir ensemble.

Yannick QUENET
04 67 52 83 13 ou 06 67 89 57 39
Email : quenetyannick@gmail.com
Site : 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 agréée par l'EATA* (TSTA-P).

FNEY : fédération Nationale des enseignants de yoga
IFAT : institut Francais d'Analyse transactionnelle
EATA : European Association for Transactionnal Analysis

Viviane BOURQUIN
04 67 44 76 34 ou 06 19 72 74 86
Email : viviane.bourquin@gmail.com

Chanteuse et comédienne
Titulaire du diplôme de chant lyrique du Conservatoire de Béziers
Spectacles de théâtre musical des Compagnies : L'Art Scène, Musicanu, Del Estaudel, Les Divettes, Les Croq'mots Notes, ...
Soliste pour œuvres classique et contemporaines.
Chef de chœur.
Metteur en scène de spectacles chantés.
Professeur de technique vocale

Un entretien gratuit est demandé avant toute inscription.

Lieu du stage

La Bastide de Boisset
Impasse des Micocouliers
30210 Argilliers
Tel : 06 17 17 41 11