

Le Yoga

Synthèse entre celui de
Desikachar et de Jean Klein

Relaxation, Respiration,
Postures dans le respect de
l'anatomie de chacun,
Méditation.

Clown

Venez chausser le nez, le plus petit masque
du monde, dans un cadre protecteur !
Des mises en situation, des jeux, en duo, solo
ou groupe vous permettront d'expérimenter
des facettes de cette pratique.

Construit sur l'improvisation et le jeu, l'art
clownesque développe l'écoute, la présence
dans l'instant à soi, au partenaire, au public. Il
ouvre les portes d'un univers décalé,
fantaisiste, où la logique ordinaire s'efface. Et
s'exprime alors un être à la fois simple et fûté,
maladroit et ingénieux... Cet être c'est nous,
une part de nous qui accède à la lumière.

Horaires :

Yoga : 8h-9h30 et 17h30-19h15

Clown : 11h-13h et 16h-17h15

Régulation : 10h15-10h45

*Temps de partage après le dîner,
soirées à définir ensemble*

Yoga clown

Du 11 au 15 juillet 2026
Stage près d'Uzès (Gard)



Chantou MARTY

06 09 54 50 68

Mlle Yannick QUENET

06 67 89 57 39

Du 11 juillet, 9H30, au 15 juillet, 18H

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

Hébergement : Pension complète

Dans une demeure ancienne avec piscine,
Repas végétarien (petit déjeuner à prévoir)

Chambres 2 ou 3 personnes :

260€ (5 jours) **Repas : 125€**

Supplément **100€** pour chambre seule

Possibilité d'arriver la veille :

55€ (chambre à 2) ou **65€** (chambre seule)

Enseignement :

(tarif en fonction de la date d'inscription)

300€ avant le 15 avril

(100€ à l'inscription, 100€ le 1er juin et 100€
le 1er juillet)

350€ avant le 1er juin

(100€ à l'inscription, 100€ le 1er juin et 150€
le 1er juillet)

400€ après le 1er juin

(200€ à l'inscription et 200€ le 1er juillet)

*Un entretien gratuit est demandé avant toute
inscription*

Chantou MARTY

La formation à 'art du clown fait partie de ma
vie depuis une vingtaine d'année. Je suis
intervenue dans des contextes variés, dont
l'hôpital. J'anime des stages et ateliers avec
beaucoup de plaisir.

Chantou Marty
0609545068
encompagiedezoe@gmail.com

Yannick QUENET Professeure de Yoga

*Diplômée de la FNEY (fédération nationale des
enseignants de yoga)*

06 67 89 57 39

Email : quenetyannick@gmail.com

Site : yannick-quenet.com



Lien Yoga/Clown :

Le yoga, dans la présence au mouvement et
dans les postures permet un assouplissement
du corps et une conscience qui viendront
libérer l'espace de création du clown.

Le clown peut apporter au yoga un espace de
détente, de lâcher prise, de créativité.

Bulletin d'inscription :

NOM

PRÉNOM

ADRESSE :

.....

TEL :

MEL :

REGIME PARTICULIER :

5 chèques libellés à l'ordre de «ÉVEIL» :

** 3 chèques pour l'enseignement (cf tarifs)*

** les 2 chèques de 125€ pour l'hébergement,
encaissés le 20 de chaque mois, sont à envoyer
à :*

Yannick QUENET

16 rue J.J.Rousseau 34000 Montpellier

*Le solde de l'hébergement (s'il y a) et la
nourriture (125€)*

seront à régler au début du stage.

*Annulation possible et sans frais avant le 1er
juin*

*Au delà, les acomptes déjà encaissés restent
acquis.*

Fait à Le

Signature