

Yoga – danse contemporaine – atelier de créativité  
(art -thérapie) proposé par Poumi Lescaut

Danseuse, chorégraphe, chanteuse, art-thérapeute...[www.poumi.com](http://www.poumi.com)

Faire de l'aventure de vie un tremplin d'élévation, une œuvre d'art, une autre qualité de communication avec Soi, les Autres et le Monde...

**Stage intensif d'été : du 23 soir au 28 août 2013**

**Thème : les masques et l'identité réelle** avec des étapes-phases : création de masques, et aussi l'argile, la voix, rituels en liens avec la Nature et autres surprises...

Stage ouvert aux aventuriers de l'âme...

En pleine nature, dans un écrin de verdure au Plessis Dorin dans le Perche (41) France



Les masques que nous portons au quotidien voilent notre identité réelle en tant qu'êtres de lumière... Nous allons déployer toute notre créativité en traversant diverses étapes de transformation pour aller vers une véritable alchimie intérieure, une renaissance de chaque instant... et laisser notre Essence se déployer. Car ce n'est pas tout de venir au monde, encore faut-il naître !

Un temps vacant précieux pour prendre soin de soi avec yoga dynamique (Kundalini) pour élever le niveau énergétique qui préserve la santé, contacter les forces vives qui nous animent danse contemporaine – atelier de créativité (art -thérapie), pour se re-créeer...

Outils : yoga dynamique, danse contemporaine, chant, argile, atelier d'impro où la poésie et l'imaginaire nourrissent les Mémoires qui habitent le corps...

Au Domaine de Boisvinet dans le Perche au bord d'un lac, et à la Rose des Vents pour les ateliers (même village) lieu idéal pour s'abandonner à soi dans la nature.

Coût du stage (5 jours intensifs) tout compris hébergement, repas, enseignement 750€

Nourriture saine et végétarienne. Le contexte nous offre un cadre convivial et chaleureux.

Renseignements et inscriptions : [poumi.l@poumi.com](mailto:poumi.l@poumi.com) et 01 45 82 08 70

gare proche : la Ferté Bernard: à 150 km de Paris (et en co-voiturage)

pour les participants en région : à 40 km de Vendôme

renseignements pratiques : le kundalini yoga est enseigné traditionnellement en blanc

merci d'apporter une tenue blanche pour cette pratique, ensuite vous pouvez mettre de la couleur, emportez aussi un coupe-vent, des chaussures de marche, serviettes de toilette et sac de couchage (possibilité de louer draps et serviette avec supplément).

---

## BULLETIN D'INSCRIPTION

à renvoyer au CHAR DU SOLEIL 29, rue Cantagrel - Hall 3 - 75013 PARIS - Tél : 00 33 (0)I 45 82 08 70

et 06 26 98 56 42 Sur place : 02 54 80 90 17 [Poumi.l@poumi.com](mailto:Poumi.l@poumi.com)

Nom

.....Prénom.....

Profession.....Email:.....

Adresse.....

Téléphone fixe..... portable.....

Les inscriptions ne sont prises en compte qu'à la réception des arrhes.

### Stage d'été du 23 soir au plus tard vers 19h au 28 août 2013 vers 18h:

L'enseignement + 5 jours en pension complète en chambre double (ou simple selon disponibilité) 750€ (règlement étalé en cas de difficulté). Arrhes 250€ à l'ordre du Char du Soleil, pour les participants venant de l'étranger l'IBAN vous sera envoyé lors de l'inscription. Il est possible d'arriver plus tôt et de rester au-delà, nous contacter pour l'arrangement.

### Attention : nombre de places limité !

Les arrhes sont nécessaires pour organiser le stage et sont à établir à l'ordre du Char du Soleil et à joindre au bulletin d'inscription. En cas d'annulation, elles sont remboursables avec 10% de retenue jusqu'à 2 mois et à 30% jusqu'à 1 mois du début du stage. Il est toujours possible de s'inscrire tardivement sous réserve qu'il reste de la place. L'inscription comprend que vous disposez d'une assurance personnelle et que vous acceptez les conditions de participation.

Date :

Signature