

# Stage en Grèce du 22 au 27 août 2022

avec **Poumi Lescaut**

## Sur l'île d'Agrosti chez Rosy Little Village

A 45' d'Athènes en Flying Dolphin (bateau rapide)

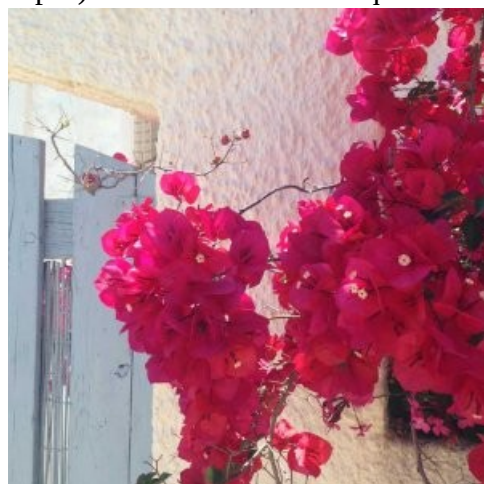
Thème : « Se déployer, se libérer ! »

Déployer nos ailes, oser la liberté en libérant ce qui au plus profond de nous l'en empêche. Une invitation à traverser la vie avec le grand élan ! Plus que jamais en cette époque troublée... On entre en connexion profonde avec le corps, en interrogeant ses mémoires multiples, par le yoga, une danse consciente, où l'on se laisse inspirer et porter par cet environnement magique... 3 soirées seront consacrées au chant et à « la voice therapy ».

Arrivée le 22, accueil, installation et première réunion de début du stage en fin d'après midi.

Déroulement d'une journée : le matin de 9h à 10h30 yoga kundalini ; danse contemporaine de 10h30 à 11h30 et de 11h45 à 13h atelier où l'on explore le thème par le langage du corps.

Les après midis sont libres, sieste, la plage est juste en dessous, visite de l'île. Un soir sur 2, chant après le dîner. Les repas se prendront aux petits restaurants grecs plein de charme tout à côté (comptez environ 8€ le repas) vous commandez ce que vous désirez (végétarien, poissons)



Coût de l'enseignement : 550€ logement 6 nuits : 330€ le voyage et les repas sont selon votre choix.

Il appartient à chacun(e) de prendre une assurance.

L'organisateur n'est responsable que de l'enseignement et de la réservation des chambres. <https://www.rosylittlevillage.com>

Fiche d'inscription sur demande.

Inscriptions et renseignements : tel 0626985642 [poumi.l@poumi.com](mailto:poumi.l@poumi.com)  
plus d'infos sur les techniques enseignées et sur Poumi Lescaut :

[www.poumi.com](http://www.poumi.com)

Le stage est une mise en pratique de son dernier ouvrage « Dansez !  
Le corps livre de connaissance »