

Ecosite Oasis Bellecombe - La Motte Chalancon (26)

Stages résidentiels 2018

Sous une yourte

Pour tous les stages : hébergements en résidentiel sous habitats insolites ou tente ou 2 combis sur le parking plat possible : entre 13€ et 50€/nuit/personne. Hors camping possible avec une participation pour utilisation du lieu

Réservation : Corine Tournier au 06 24 61 73 43 ou corinefleurdelune@laposte.net

Week-end 5-6 MAI

Stage chant libre et éveil de sa nature

Avec Philippe MARTIN (30 ans d'expérience musicale : spectacle, musicothérapie, formation)

Chant Libre, c'est une approche de la Voix qui prend en compte le corps en entier, et qui part du principe que chanter est naturel. Retrouver notre nature profonde, libérer la voix afin de se libérer.

Avec la nature comme source d'inspiration : exercices ludiques, méditation inspirant le chant libre spontané, marche stimulant le souffle, relaxation musicale, échauffements corporels, jeux vocaux interactifs, des temps méditatifs et énergétiques avec la voix...

Horaires : 10h-17h

Tarif : 150€ (si vous avez des difficultés financières et êtes motivé-e, on peut en discuter, n'hésitez pas à me contacter)

Repas : Pdj + 2 déjeuners à prévoir : sous cuisine collective disponible avec équipement de base sous abri .

Dîner du samedi soir sur réservation avant le 30 avril (si 6 personnes minimum): 18€/pers en Bio, végétarien, de saison, sans lactose, peu de gluten, service compris **auprès de Corine au 06 24 61 73 43**

Inscription stage: Philippe Martin (Philmar) philmar@lilo.org - 0033 (0)6 28 06 07 56 - <http://philmarzic.com>

Week-end 19-20 MAI

Retraite de yoga

Avec Fanny PERICHON et Keshin

2 jours dans la nature pour se mettre en LUMIERE...Symbolismes et pratiques dans le yoga et le Vedanta : pratique solaire, postures, méditation, mantras, initiation au Vedanta, pranayama, exploration intérieure...dans la yourte et en plein air

Tarif : 210€ ou 190€ si inscription avant le 15 mars.

Repas : à prévoir et mis en commun : sous la cuisine collective abritée avec équipement de base.

Réservation : Fanny Périchon : 07 50 95 57 43 – www.omjyoti.fr

Du vendredi 8 JUIN au dimanche 10 JUIN

Initiation au yoga du rêve et du sommeil (Nidra)

Co-Animé par Marina Siakowski (Praticienne en MTC, Naturopathie, yoga Nidra, sonothérapie...) et Hélène Gonzales (pratique du Wu tao)

Méditations guidées allongées, pour aller vers nos rêves en conscience à travers une approche simple et ludique, afin de transformer sa réalité en rêvalité !

Explorer des états de détente profonde, voir autrement le sommeil. Cette pratique s'inspire du yoga tantrique Natha et Shivaïste du Cachemire et du chamanisme Mexicain. et aussi un temps corporel de reliance par la pratique de Wu Tao, danse.

Tarif : 80€ le stage -12 personnes maximum

Repas : en gestion libre sous la cuisine collective abritée avec équipement de base.

Réservation : Hélène au 06 08 40 53 59 ou elena38330@yahoo.fr

Du jeudi 21 JUIN au dimanche 24 JUIN:

JEUDI 21 JUIN à 21h : concert/conférence avec Marc Vella et son piano nomade sous la yourte.

Tarif : Participation libre car c'est la fête de la musique !

Animé par Marc et Cathy VELLA, accompagné d'un piano à queue:

« **Rendre belles les fausses notes de la vie** »

Qui dans sa vie, n'a pas été maladroit, insuffisant, défaillant ? Qui n'a pas manqué parfois de discernement ? Qui n'a pas été blessé, offensé ? Et si les fausses notes étaient une chance. Et si elles étaient notre plus grande aventure donnant un sens à notre vie. Nous n'avons qu'un devoir : accueillir les fausses notes pour les rendre belles. Cet atelier propose à des personnes n'ayant jamais fait de musique de jouer réellement et ce, en quelques heures, en "osant" toutes les notes et offre à des musiciens formatés par l'apprentissage, une plus grande liberté d'expression. En improvisant sur le piano, vous découvrirez qu'il n'y a pas de fausses notes. Tout votre être jusqu'à vos cellules enregistrera ce message de vie, joyeux et guérisseur. Le vibrant à votre être vibratoire, voilà le plus court chemin pour s'harmoniser avec la vie... Vous connaîtrez la grâce d'être traversé... Vivre autrement la musique de la vie est plus qu'un simple stage de musique, il nous accorde en profondeur. Un musicien est avant tout quelqu'un qui entre en amour avec le silence.

C'est un travail sur la relation : celle avec soi, celle avec l'autre et en particulier la personne qui nous accompagne... Nous nous servons de la musique pour aborder des sujets complexes, sensibles parfois... La musique pour dire sans passer par le mental, sans passer par les mots...

Tous publics

www.marcvella.com

Tarif stage : 300€, 460€ pour le couple, 150€ entre 10 et 16 ans, gratuit pour moins de 10 ans.

Repas : en gestion libre sous la cuisine collective abritée avec équipement de base.

Horaires : 9h-18h30

SAMEDI 23 JUIN à 21h : concert de Cathy Vella au piano et au psalterion. Elle jouera des compositions de son album « va, avance » et sa voix associée à ses instruments intuitifs.

Libre participation

Renseignements & réservation stage: Corine Tournier au 06 24 61 73 43 ou corinefleurdelune@laposte.net

Du vendredi 29 JUIN au dimanche 1 JUILLET

Stage Héyoka, le Clown sacré : l'Envol des Héyokas dans le monde des Humains !

Animé par Stéphanie JEANNOT (Compagnie L'Envol de la Baleine. Clowne de théâtre, en déambulation, en milieu de soin et intervenante pédagogique en France comme à l'étranger) **et Houma** (Association Humains en Chemin en cours de création. Praticienne en chamanisme quantique de la Terre et du Temps, grand-mère éveilleuse d'âmes joyeuses, elle initie des Cercles sacrés de co-guérison et de co-crédation)

4ème module d'un cycle d'enseignements et de pratiques du Heyoka, clown sacré. Modules indépendants les uns des autres permettant l'accueil de nouveaux venus en cours de cycle.

Initiations et enseignements chamaniques, rituels et cérémonies. Transmissions techniques du jeu clownesque.

Ouvrir la porte de la joie pour oser guérir.....gai-rire... Rire pour grandir parce qu'il est temps de faire les choses sérieusement sans se prendre au sérieux et d'œuvrer dans la matière-énergie de son quotidien!

Pré-requis: Afin de valider votre participation, merci de prendre un premier contact avec Houma ou Stéphanie au plus tard avant le 5 Juin.

Horaires : vendredi à 13h au dimanche à 16h.

Repas : en gestion libre et dégustation en commun sous la cuisine collective abritée avec équipement de base.

Tarif: 250 euros/pers .limité à 10 personnes

Renseignements et inscription : Houma: 06 80 30 19 22 ou Stéphanie: 06 47 56 85 50 envoldelabaleine@gmail.com

Du lundi 9 JUILLET au vendredi 13 JUILLET

Stage yoga d'été : sérénité et Vitalité du système digestif

Co-animé par Locana Sansregret (Co-fondatrice du centre de formation Padma Yoga au Québec, 42 ans de pratiques et d'enseignements en Hatha yoga et Raja yoga)

et Nathalie Epinat-Lang (depuis 1996, enseignante en yoga, médiation, formée en « Anatomie Pour le Mouvement », en formation continue à la FIDHY auprès de Locana)

Apprendre à relâcher, stimuler et réguler l'ensemble du système digestif : acceptation, digestion, assimilation, élimination et circulation sur un plan physique, énergétique, émotionnel et mental afin de cultiver la sérénité, et libérer sa vitalité.

A travers des pratiques à la fois simples et complètes : postures, respirations, relaxation, méditation, mudra et auto-massage que vous pourrez pratiquer au quotidien.

Tarif adhérent: 320€- + 10€ non adhérent -16 personnes maximum

Repas : matin et midi en gestion libre sous la cuisine collective abritée avec équipement de base.

Le soir dîner à 10€/personne à réserver auprès de Corine : 06 24 61 73 43 avant le vendredi 6 juillet.

Réservation stage: Hélène au 06 08 40 53 59 ou elena38330@yahoo.fr

Week-end du 28-29 JUILLET

Initiation au Clair Ressenti (d'après la méthode de Yann Lipnick)

Avec **Marine FLAHAULT** (musicienne et chanteuse depuis 20 ans, diplômée en Musicothérapie (CFMI), Réflexologie plantaire énergétique (IMAE), Soins énergétiques et Géobiologie (enseignements de Yann Lipnick et Stéphane Cardinaux))

Le clair ressenti est une voie de perception subtile et sensible du monde qui nous entoure passant par le canal des mains.

Grâce à cette méthode nous pouvons ressentir si un aliment, un lieu, une personne, une direction sont bénéfique ou non pour nous. Nous pouvons savoir si un arbre, un bébé, un animal ou tout être vivant qui ne parle pas est en forme ou non et quel est son besoin du moment.

Ainsi nous pouvons rentrer en contact avec le monde invisible tout en respectant un protocole très précis.

Par des exercices ludiques, éveil à notre clair ressenti et aux variations de notre bulle énergétique. Puis communication avec notre ange gardien, esprits de la nature et arbres environnants, notre animal totem et connaître leurs messages.

Soirée : méditation et chants sacrés du monde.

Stage pour adulte et enfant à partir de 8 ans

Tarif: 100€ (réduction enfants)

Repas : en gestion libre sous la cuisine collective abritée avec équipement de base.

Réservation stage: Marine : 06 78 05 06 97 www.amao-soin.fr (a saisir dans la barre d'adresse et non sous google)