

Renseignements et inscriptions :

Marie Christine CHEREL



Tél : 07 81 28 93 79

Site internet : cheminjoiedevivre.fr

Mel : Cherel.marie.christine@gmail.com

Numéro SIRET : 877 701 656 00010

Dominique HECKMANN

Voix Vivante

Tel : 06 75 36 24 98

Site internet : voixvivante.fr

Mel: dominique.heckmann@voixvivante.fr

Numéro SIRET: 48435326300029

Tarif :

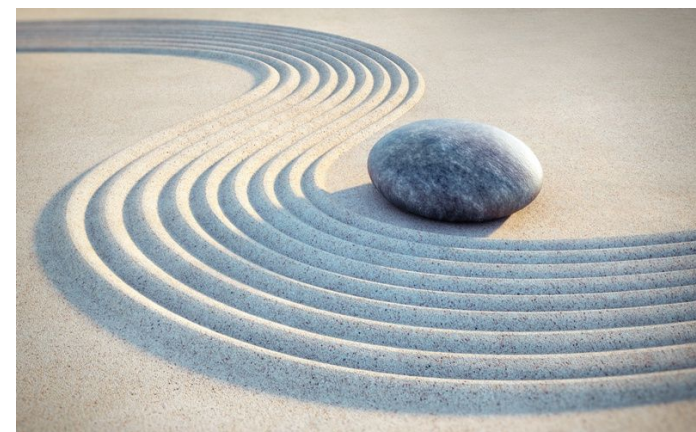
35 € l'atelier

90 € le cycle des 3 ateliers

Lieu :

Nous vous informerons du lieu des ateliers lors de votre inscription

Voix, Mouvements et Vibrations



Ateliers

samedi 3 octobre 2020

samedi 7 novembre 2020

samedi 12 décembre 2020

de 14h30 à 17h30

Ressentir son corps vibrer et s'harmoniser

Nous vous proposons des ateliers lors desquels vous pourrez expérimenter l'alliance de la pédagogie perceptive et de la voix pour découvrir de nouvelles perceptions corporelles et de nouveaux aspects de vous –mêmes.



Venez découvrir comment la voix et le corps peuvent s'harmoniser et vibrer

La gymnastique sensorielle :

C'est la pratique de mouvements corporels simples, doux, lents. Progressivement vous enrichissez vos perceptions corporelles, vous vous détendez, vous développez la qualité de présence à vous-même, relancez votre vitalité.

L'intériorisation :

S'offrir des moments pour se retrouver, s'écouter, s'accueillir, s'ouvrir au groupe et au monde.

La voix :

La voix est vibration du corps. Lors de la mise en route de cette vibration chantée, la sensation d'être vivant(e) se déploie, le centrage est facilité, et le lien intériorité et expression s'approfondit.

Une synergie pour :

**Mieux se percevoir pour vivre pleinement sa vie !
Un chemin vers la joie de vivre !**

Vous serez accompagné(e) et guidé(e) par :

Marie-Christine Chérel



Coach en Pédagogie Perceptive
Méthode d'accompagnement psychocorporel de Danis Bois

Dominique Heckmann



Psychopédagogue de la voix et musicothérapeute.