

Atelier Yoga

Association Loi de 1901 à but non lucratif

Samedi, 30 mai 2015

Chanter et se laisser chanter

Avec PAKOUNE, Chantuse et interprète

<http://www.mariedemagdala.net>



*Révélateur de nos émotions,
de nos parcours de vie, le chant peut
nous guérir de tant de maux qu'il
est urgent que nous nous offrions ce
grand bonheur...*

De 9h30 à 17h30, Accueil dès 9h15

Au 105, Rue des Quatre Rones à Poitiers

- Comprendre ce qui chante en nous grâce à des exercices ludiques d'enracinement, de concentration et de recherche d'équilibre entre relaxation et tonicité.
- Explorer notre présence au chant, notre concentration, notre interprétation.
- Être attentif au ressenti des émotions que suscite en nous l'acte de chanter.
- Harmoniser notre voix. Nous laisser chanter plus simplement et aussi facilement que nous pouvions le faire quand nous étions enfant...

Il n'est pas nécessaire d'être chanteur (se) pour participer aux ateliers, même si vous avez « l'impression » de chanter « faux », venez oser vous surprendre...

Repas : Apportez un pique-nique à partager.

Inscription : 06 58 99 03 62 ; atelieryoga86@yahoo.fr

Participation :

- les personnes inscrites au cours de yoga, 10 euros à régler auprès de Atelier Yoga ;
- les personnes extérieures, 60 euros à régler auprès de l'intervenante.

Maison de quartier de Saint Eloi - SEVE, 11, Bd Saint-Just, 86000 Poitiers

e-mail : atelieryoga86@yahoo.fr