du mercredi 14 au dimanche 18 juillet 2021

Alchimie du corps et incarnation

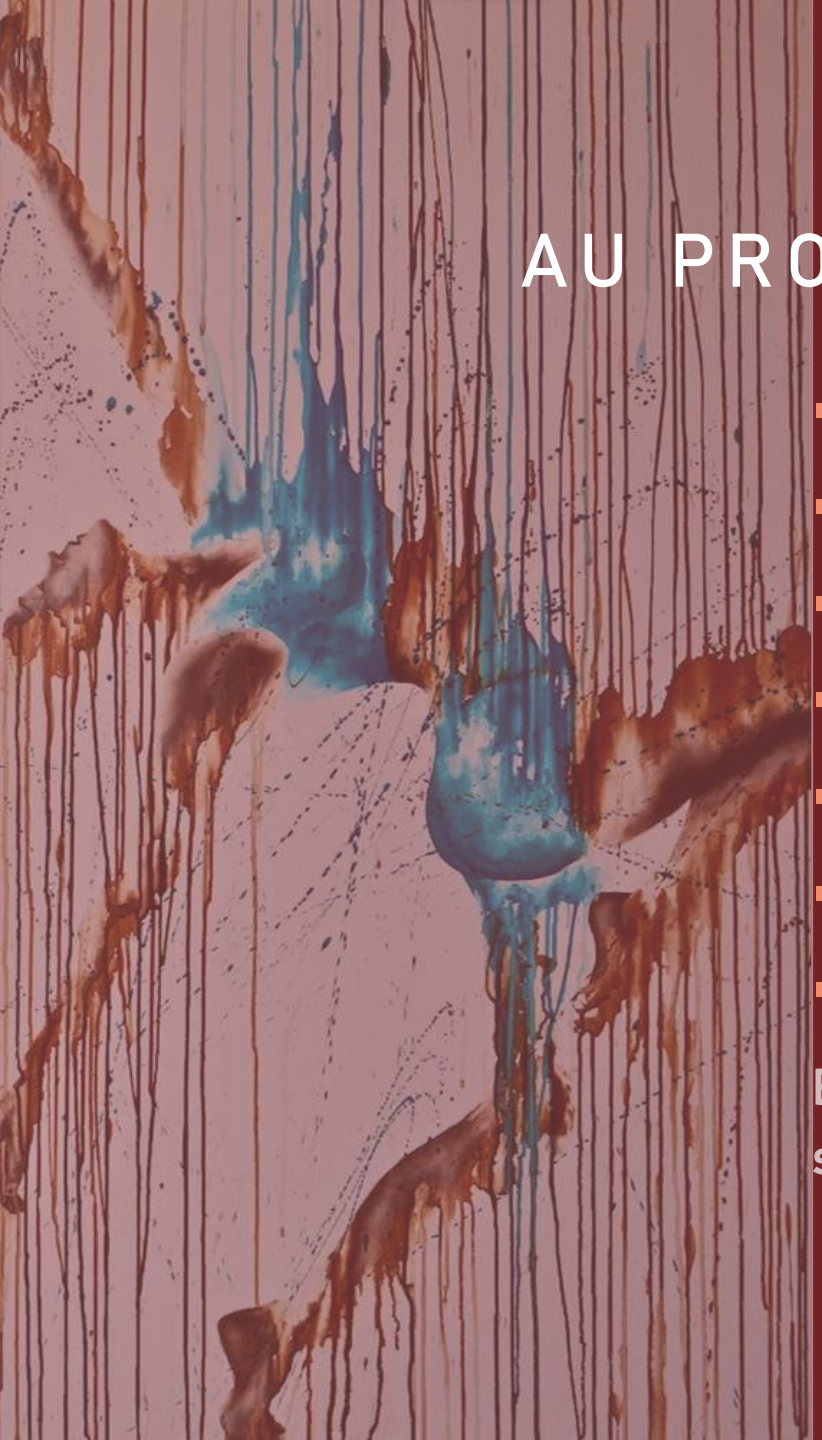
Retrouver fluidité, ouverture, souplesse, conscience dans le corps, le cœur, la tête…

Stage animé par Agnès & Edouard STACKE

En résidentiel à Salles-d'Angles (Charente)

Retrouver l'élan du corps joyeux et fluide en cultivant l'énergie en mouvement, la richesse des sensations et les vagues du souffle.

Amener la conscience à habiter tous les espaces du corps, à animer chaque mouvement et à imprégner l'expression de soi.



AU PROGRAMME...

- Mouvements conscients…
- Marche afghane…
- Danse…
- Massages…
- Méditation…
- Respiration consciente…
- Expression de soi…

Et aussi : Repos… Silence… Cuisine végétarienne et sensorielle…

Programme détaillé sur demande

LIEU DU STAGE

Demeure historique, dans un véritable logis charentais du XIXème siècle, doté d'un grand parc arboré, au cœur d'un village paisible.

Balades et marche afghane dans les vignes de la Grande Champagne de Cognac rythmeront le séjour.

La région, proche du littoral atlantique, est riche d'un patrimoine architectural abondant (abbayes, châteaux, vieux villages) et gastronomique.

MODALITES PRATIQUES

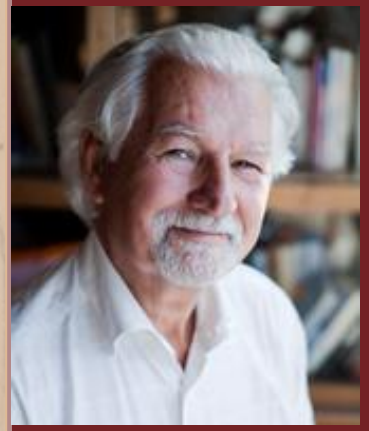
- **Dates :** Stage en résidentiel du mercredi 14 (16h), au dimanche 18 juillet 2021 (16h)
- **Lieu :** 9 rue des Mortemer - 16130 Salles d'Angles (7 km au sud de Cognac)
- **Tarifs :** Stage + hébergement en pension complète (4 nuits) : 650 €/pers. – Stage + repas compris (sans héb.) : 520€/pers.
- **Modalités d'inscription :** adresser une demande par mail à Agnès Stacke en précisant vos coordonnées complètes. Une facture vous sera adressée et un règlement de 50% devra être effectué, à l'inscription. Le solde sera dû avant début du séminaire.
- **Date limite pour l'inscription :** 1er juillet 2021
- Draps et serviettes non fournis.
- Nombre de participants limité à 15 personnes – Hébergement sur place limité à 7 personnes et possibilité d'hébergement en chambres d'hôtes à proximité (liste sur demande)

RENSEIGNEMENTS :
06.80.42.11.49 – 06.87.06.54.72
edouard.stacke@100ways.net
agnes.overli@100ways.net

LES ANIMATEURS

Edouard Stacke

COACH, ANCIEN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ (KINÉSITHÉRAPEUTE, OSTÉOPATHE, ACUPUNCTEUR) ET DE L'ACCOMPAGNEMENT (PSYCHOTHÉRAPEUTE). IL A ENTRAÎNÉ DES MILLIERS DE MANAGERS ET DE PROFESSIONNELS DE LA SANTÉ, D'ARTISTES ET DE SPORTIFS. AUTEUR DE PLUSIEURS OUVRAGES, DONT «LES VERTUS DE LA RESPIRATION »,ET « LA LIBERTÉ DE S'ACCOMPLIR ». PRÉSIDENT DE L'A.P.R.E.S (ASSOCIATION POUR LA PROMOTION DE LA RESPIROLOGIE ET L'EDUCATION À LA SANTÉ).



Agnès Stacke

ELLE ACCOMPAGNE LES PERSONNES, PAR LE COACHING, LA PSYCHOTHÉRAPIE ET LES THÉRAPIES PSYCHOCORPORELLES DANS LEUR PLEIN ÉPANOUISSEMENT ET LEUR DYNAMIQUE D'ÉVOLUTION. AGNÈS PRATIQUE LE JEÛNE HYDRIQUE DEPUIS PLUS DE 30 ANS,ET FACILITE DES RETRAITES DE JEÛNE ET DÉTOX. FONDATRICE ET VICE-PRÉSIDENTE DE L'A.P.R.E.S (ASSOCIATION POUR LA PROMOTION DE LA RESPIROLOGIE ET L'EDUCATION À LA SANTÉ).

« Résilience »

« L'envol »

« Résilience » et « L'envol »

sont des œuvres originales de

ZOE B

Visitez sa galerie sur : http://art-zoe-b.com

Profitez d'un Tirage d'Art haut de gamme en série limitée à 25 exemplaires
- numéroté, signé et certifié par l'artiste -