

Hors des sentiers battus...



9 - BÉNODET



Yoga créatif



Massages intuitifs



Marche Nature



Chant créatif



Danse énergie



Mantras



Soirées

COURT SEJOUR 4 JOURS - 4 NUITS

23 au 26 Juillet 2021

VENEZ VIVRE DE
MULTIPLES ATELIERS
DANS CETTE ESCALE
BONHEUR !

Avec



Et



UN VOYAGE INTÉRIEUR
POUR SEMER DE LA JOIE DANS VOTRE QUOTIDIEN
DANS UN SITE D'EXCEPTION

AU MENU

YOGA CRÉATIF

un Yoga où l'on devient créateur
de ses postures, respirations et méditations

CHANT CRÉATIF et CERCLES DE MANTRAS CHANTÉS
Pour chanter ce qui résonne en soi, exprimer sa poésie

DANSE ÉNERGÉTIQUE :

Pour s'exprimer librement et rééquilibrer ses énergies

MASSAGES INTUITIFS

Pour écouter son corps, ressentir ce qu'il chuchote

CERCLES DE MANTRAS

Pour ouvrir son Cœur et cultiver la Confiance

SOINS D'HARMONISATION DES ÉNERGIES

Accompagnement pour élever sa fréquence vibratoire

IMMERSION DANS LA NATURE

Instants de marche méditative guidée

SOIRÉES ENCHANTEES

Animations chantées ou dansées
en compagnie d'un régisseur de spectacle



Patricia Damien

Artiste du spectacle, auteure-compositrice, est plus précisément artisan de la chanson française. De nombreuses créations de spectacles musicaux en solo ou en complicité avec d'autres artistes (musiciens, comédiens...), surfant sur des répertoires personnels ou empruntés à de grands auteurs. Très attachée à transmettre et partager sa passion, elle a mené également pendant 20 ans, un atelier spectacle ouvert aux amateurs et animé de nombreux stages sur la voix, le chant, l'expression théâtrale.

Philippe Morin

Ingénieur du son, maîtrise parfaitement les outils du son et de l'image de par son expérience professionnelle depuis une trentaine d'années (studiod'enregistrement, réalisation de films d'entreprise, films institutionnels, documentaires, CD, DVD Vidéo, arrangements musicaux...)

Hasard de la rencontre ? Évidence !

Depuis 2005, la complémentarité et la complicité artistique est notre carburant pour de nouveaux concepts de réalisations de spectacles musicaux en interactivité avec nos créations audiovisuelles. C'est en complémentarité aussi, que nous apportons notre savoir-faire, nos compétences auprès d'autres artistes, professionnels ou amateurs ou animations de stages (régie son, lumières, captation vidéo, mise en scène, enregistrements, cours etc...)

Un petit mot sur nos séjours au Château des Garennes :

Exprimer sa voix par le chant est souvent un exercice difficile, tant il peut faire appel à nos émotions, à notre histoire, à notre intimité. La mêler à celles du groupe peut être compliqué parfois.

Aussi nous attachons une importance particulière à offrir des conditions confortables, tant par la qualité du matériel que nous utilisons en son, que par le climat de confiance et à notre façon bienveillante d'accompagner chaque participant.

L'harmonie est notre terrain de jeu et mettre en résonance nos voix, c'est faire vibrer chacun de soi.

C'est dans une ambiance détendue et joyeuse que nous proposons un voyage en-chanté aussi doux que rythmé, avec Patricia comme pilote et Philippe comme co-pilote.

NOTRE TERRE d'ACCUEIL 2021 : LES GARENNES CENTER à BENODET

LIEU DE CE MINI SEJOUR

A la pointe Sud de la Bretagne, face à la mer, au
coeur de la riviera bretonne,

le CHATEAU DES GARENNES nous reçoit.

Situé dans un parc de 50 hectares
dont 22 hectares de forêt.

Face au port de Benodet il offre un accès à la plage à
moins de 1Km et une vue magnifique.

Tarif 660 euros

pour l'animation complète par pers

540 euros

pour la pension complète par pers

Pour réserver votre séjour, contactez Sophie

BELTRAND, Responsable de site

Les Garennes, Hôtel and Spa,

au 06.04.18.96.22.

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

