

## LES ANIMATEURS

**Françoise HECQUARD** chanteuse,  
accordeuse de voix, consultante.

Site : [presencevocale.fr](http://presencevocale.fr)

06 77 91 02 17

**Bertrand CHARRIER**

musicien, auteur-compositeur,  
praticien en techniques de santé  
naturelle .

Site : [la-voie-du-corps.com](http://la-voie-du-corps.com)

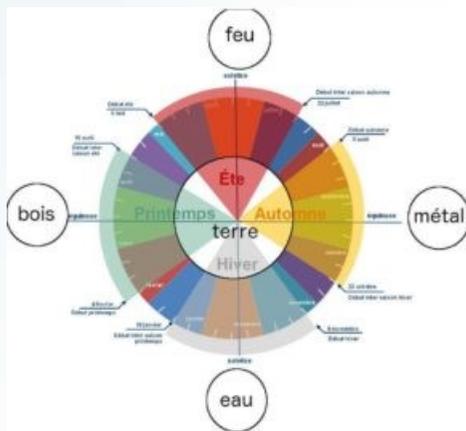
06 58 94 74 36

LIEU du stage :  
CENTRE ESPACE  
D'EQUILIBRE  
14, rue du Pré-de-la-  
Bataille  
76000 ROUEN  
Site : [le-centre-espace-  
equilibre.com](http://le-centre-espace-<br/>equilibre.com)

LE CORPS SONORE :  
SE LIBERER  
DE L'EMPRISE DES EMOTIONS

LE CORPS SONORE :  
SE LIBERER  
DE L'EMPRISE DES EMOTIONS

VENEZ VIVRE PLEINEMENT  
LES RYTHMES QUI SONT  
INSCRITS EN VOUS



Ce cycle, que nous avons appelé *Le corps sonore : se libérer de l'emprise des émotions*, basé sur l'énergie des saisons selon la symbolique chinoise, se consacre aux liens entre les organes du corps, la dynamique des émotions et les expressions corporelle et vocale qui en découlent. Il a pour vocation d'aider au déploiement de l'énergie, du rayonnement et du bien-être, et d'ouvrir un chemin vers la fluidité et la liberté intérieure.

LES SOUFFLES DU CIEL est le  
second stage du Cycle *Le Corps Sonore* . Comme  
chaque stage, il peut être fait indépendamment.

STAGE  
LES SOUFFLES DU  
CIEL  
10 et 11 novembre  
2018



Cycle de week-ends indépendants

LE CORPS SONORE :  
SE LIBERER  
DE L'EMPRISE DES EMOTIONS

**Les Souffles du Ciel**  
est le deuxième d'un cycle  
de quatre stages de week-  
end coanimés au fil des  
saisons.



Nous vous proposons  
d'appivoiser les mouvements, la  
liberté et les vibrations du corps  
sonore, de faire vivre vos  
émotions, d'expérimenter le  
toucher dans la confiance,  
d'écouter, d'être pleinement  
présents à vous-mêmes et aux  
autres.

**LE CORPS SONORE :  
SE LIBERER  
DE L'EMPRISE DES EMOTIONS**

## L'AUTOMNE

L'automne est la saison de la transition, de la récolte mais aussi le début de l'intériorisation. Sur ce week-end, il s'agira de faire du tri en soi pour se préparer à la retraite hivernale.

Lors de ce deuxième stage, nous vous proposons d'explorer l'énergie de la TRISTESSE qui est l'émotion de l'automne selon les chinois. Les POUMONS en sont le support.

Nous leur confierons notre voix pour lui faire exprimer la mélancolie, mais aussi la douceur, le respect de soi, des autres et du monde environnant.

Le programme comporte des exercices d'échauffement de la voix et de mise en énergie du corps, mais également des massages bien-être et des parcours ludiques des processus corporels de production du son. Improvisations vocales collectives et mises en mouvement vous aideront à aller à la rencontre de vous-mêmes et des autres.



### EN PRATIQUE :

#### Stage non résidentiel

du samedi 10 novembre 14h au  
dimanche 11 novembre 17h .

Apporter un repas léger pour le déjeuner  
du dimanche midi, une bouteille d'eau,  
des vêtements souples et de quoi vous  
couvrir pour les exercices de pleine  
conscience.

Prix du week-end : **120 €**

30 € d'acompte à l'inscription

Tarif parrainage (*si vous incitez une autre  
personne à s'inscrire*) : 108 €

Prix du cycle de 4 week-ends : **430 €**

90 € d'acompte à l'inscription

Inscription en ligne sur :  
[presencevocale.fr/coachingvocal](http://presencevocale.fr/coachingvocal)

Ou en scannant  
le code :

Renseignements  
supplémentaires :

06 58 94 74 36

