

Se ressourcer par l'expression de Soi

Aucun prérequis, aucune recherche de performance, l'enjeu c'est Vous!
Vous et votre envie de vous exprimer, de vous aventurer dans une rencontre avec vous et avec les autres, par l'exploration du Clown et de tous ses fondements. Je propose une approche très progressive vers l'éveil du « **Clown** » qui est en chacun. Il émergera doucement dans l'accueil du groupe, le respect et l'écoute des possibilités de chaque participant, en différentes étapes :

Exploration du « **corps-sensation** », « **corps-émotion** », « **corps-relation** »

- Retour à l'instant présent
- Intériorisation, écoute de soi
- Ancrage et enracinement corporel
- Eveil des sens, des sensations et des émotions incarnées dans le corps
- Fluidité corporelle

Exploration et expression de soi dans des jeux collectifs sans nez rouge, S'ouvrir à l'écoute sensible de soi et de l'autre, à l'empathie corporelle et ludique, au regard,... dans des jeux structurés pouvant être accompagnés de musique.

Jeux Clown collectifs puis sur plateau.

Avec nez rouge, le plus petit masque pour se "dé-masquer" ! ... dans une dynamique d'improvisation préparée par le travail en amont.

Mon approche est centrée sur le processus des personnes, aussi ces différentes étapes varieront selon les besoins de chacun et du groupe. Des temps de parole ponctueront les journées, dans une écoute bienveillante du vécu singulier de chaque participant.

Hébergement: gîte communal de La Chabanne



Atelier indépendant du gîte



Terrasse avec jardin

Salle de travail

Salle pour les pauses

Prix de l'atelier hébergement compris : 280 €

Hébergement simple, chambres à deux lits, possibilité de chambres individuelles sur demande (sup de 19€61 par nuit).

Les repas sont en sus, dans une formule de repas partagés avec ce que chacun apporte (répartition prévue en amont pour faciliter la logistique).

Bulletin d'inscription

Atelier limité à 8 personnes

Pour vous inscrire merci d'envoyer le bulletin joint à :

Magalie Klockenbring 20 chemin du Colombier 03250 Le Mayet de Montagne

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

Tel :

Mail :

- Je m'inscris à l'atelier ponctuel de Juillet 2024
- Je partagerai une chambre à deux
- Je souhaite une chambre individuelle en payant un supplément
- Je joins à mon bulletin, 60 € d'arrhes (arrhes qui ne seront pas débités avant l'atelier)

Date et signature

Atelier Clown à LA CHABANNE (03)

animé par Magalie Klockenbring Clowne relationnelle

Du lundi 15 (15h) au
vendredi 19 Juillet (15h) 2024

Atelier en résidentiel



www.atelierclown.com - ciefleurdelune@yahoo.fr Tél : 06 70 44 38 76