Formulaire d'inscription

Dossier d'inscription à adresser avant le 31 mai 2022 à :
Anne-Véronique Vernardet
29 rue Dombasle, 75015 Paris
06 33 35 24 00 – av_vernardet@sfr.fr

Prénom
Nom
Adresse
Téléphone
Adresse électronique
Personne à joindre en cas d'urgence (nom et téléphone)
Êtes-vous végétarien(ne) ? ❑ oui ❑ non
Je souhaite, en fonction des disponibilités, disposer d'une chambre individuelle : ❑ oui ❑ non

Pour confirmer mon inscription au stage, je joins à ce bulletin d'inscription les 2 chèques suivants :

1. 150 € à l'ordre de « SAS Château de Magny-en-Morvan »
2. 85 € à l'ordre d'Anne-Véronique Vernardet

Date et signature

Attention, le nombre de places est limité.

Le lieu

Château de Magny-en-Morvan
Lieu-dit Magny
58170 Millay

Le centre est entièrement dédié à la pratique de disciplines psychocorporelles et artistiques. On y profite du calme et de la nature préservée du Morvan, de la douceur du parc à l'anglaise et du potager, de la cuisine du jardin et du confort des lieux. Les chambres bénéficient de douche ou salle de bain particulières. Le nombre de chambres particulières étant limité, l'hébergement se fera essentiellement en chambres doubles.

06 63 43 28 63 - contact@magnyenmorvan.fr - www.magnyenmorvan.fr

Accès : gare SNCF de Luzy ou Le Creusot-TGV

Stage
au Château de Magny-en-Morvan
(58170 Millay)

DU 1ER AU 7 AOÛT 2022

Yoga, danse et écoute musicale

La fraîcheur de l'instant présent
Autour du festival de musique de chambre de Millay *Le vent sur l'arbre*

Stage co-animé par
Anne-Véronique Vernardet (yoga)
et Dany Beltran (danse)

DU LUNDI 1ER AOÛT (14H30) AU DIMANCHE 7 AOÛT 2022 (11H30)

« Quand nous éveillons notre cœur innocent, nous trouvons notre vraie demeure. Détendus, nous célébrons les merveilles simples du quotidien » Jack Kornfield

Ouvert à tous, pratiquants ou non du yoga et de la danse, ce stage nous invite en toute bienveillance à nous accorder à notre corps, dans l'instant présent, à le tonifier et l'assouplir, à relâcher nos tensions, afin de nous mettre sereinement à l'écoute de notre être, pour profiter pleinement des concerts proposés durant le festival de musique classique *Le vent sur l'arbre*.

La pratique du yoga et les techniques du corps s'associeront joyeusement pour éveiller nos sens et aiguiser notre réceptivité. Nous cultiverons une attitude intérieure de disponibilité pour découvrir notre propre mouvement dansé dans un espace sonore. La légèreté et la joie nous amèneront à cultiver l'attention à l'instant présent et à éprouver la fraîcheur de la sensation pure.

Nous saisirons les opportunités offertes par l'environnement du Château de Magny-en-Morvan et nous pourrons expérimenter d'autres formes d'expression (écriture par exemple).

Le déroulement du stage s'articulera avec la programmation musicale. Les repas et les moments partagés avec les musiciens permettront de prolonger les échanges.

Le vent sur l'arbre MUSIQUES EN BOURGOGNE

Autour d'un nouveau thème chaque année, Christian Rivet, directeur artistique de cet événement marquant de la musique classique en Bourgogne, propose durant la première semaine d'août, une programmation exigeante, riche et diverse, invitant à découvrir des trésors dans les univers multiples de la musique classique. Le festival ***Le vent sur l'arbre*** offre la possibilité d'entendre et d'échanger avec des artistes de renommée internationale et met en valeur de jeunes talents ; il cherche à faire tomber les a priori sur la musique savante et les « propos d'avant-concert » fournissent à tous des clés d'écoute. ***Le vent sur l'arbre***, c'est aussi une ambition culturelle pour le territoire rural du Sud-Morvan. **www.leventsurlarbre.fr**

Les intervenantes

Anne-Véronique Vernardet

Anne-Véronique a débuté la pratique du yoga il y a 30 ans auprès de Béatrice Millerand-Bouchillou. Celle-ci est restée fidèle à l'enseignement que sa mère, Yvonne Millerand, avait reçu de Sri T. Krishnamacharya.
Anne-Véronique a suivi la formation de l'École française de Yoga, auprès de Françoise Blévot, Daniel Paty et Isabelle Morin-Larbey, anciens élèves d'Yvonne. Elle transmet le yoga depuis plus de 10 ans auprès de publics variés.
La pratique posturale, structurée, est sculptée par le souffle. Elle alterne phases dynamiques et statiques, tonifiant et assouplissant le corps et le mental. L'attention portée par chaque pratiquant à ses sensations lui permet d'aiguiser sa vigilance et de rester maître de sa pratique, s'émerveillant des transformations qui s'opèrent. Le travail respiratoire et la détente s'intègrent à la séance. Ancrage, verticalité et calme intérieur ainsi apprivoisés, le pratiquant peut expérimenter l'assise silencieuse.
Anne-Véronique anime par ailleurs des ateliers d'écriture.
Altiste amateur, elle a participé à des projets musicaux variés, classiques et populaires.

Dany Beltran

Dany a 28 ans d'expérience à la faculté des Sciences et des Sports de Poitiers où elle forme des étudiants aux pratiques d'expression en visée de populations différentes. Sa recherche s'intéresse à la corporéité et à l'expression singulière de chacun.
En 1988, elle fonde une association où des ateliers d'improvisation s'ouvrent. Elle crée des chorégraphies mixant les danseurs ordinaires et des acteurs en situation de handicap. Par son positionnement créatif, elle contribue avec détermination à ce que la démarche artistique s'adresse à tous.
Son parcours de psychanalyste et de danseuse lui permet d'intervenir auprès de populations relevant du secteur psychiatrique et séjournant en foyer de vie. Elle crée de nombreux spectacles de danse contemporaine où l'humour et la dérision sont à l'œuvre.
Son art chorégraphique dénote un engagement auprès d'un public appréciant l'interculturalité et la mixité des acteurs (danse, théâtre, clown..).
Pratiquante de yoga, elle anime des stages en collaboration avec des enseignants de yoga où danse et yoga se complètent et développent conscience, attention et joie.
« Je danse pour faire émerger la bonne humeur, la légèreté ».

Les conditions

- Pension complète, logement en chambre double pour 6 nuits, linge fourni : 433,50 €
  - Supplément chambre individuelle (nombre très restreint ; selon disponibilité) : 198 € pour 6 nuits
- Frais pédagogiques : 170 €
- Pass festival : l'inscription au stage engage à l'achat du pass festival dont le montant n'est pas connu à ce jour (entre 120 € et 140 €).

Le bulletin d'inscription (au dos) est à retourner à :
Anne-Véronique Vernardet,
29 rue Dombasle, 75015 Paris
avant le 31 mai 2022, accompagné des 2 chèques suivants :

1. **Acompte de réservation de l'hébergement :**
   150 € à l'ordre de « SAS Château de Magny-en-Morvan » ;
   solde à régler sur place par chèque ou espèces
   (pas de carte bancaire)

2. **Acompte d'inscription :**
   85 € à l'ordre d'Anne-Véronique Vernardet ;
   solde à régler sur place par chèque ou espèces
   (pas de carte bancaire)

3. **Pass Festival :**
   Nous vous indiquerons le montant et les modalités d'achat du pass festival une fois votre inscription enregistrée.

Règles de désistement : les personnes qui se désistent, abandonnent les acomptes en totalité si le désistement intervient avant le 30 juin 2022 et l'intégralité du montant du stage si le désistement intervient au-delà de cette date.
En cas d'annulation du stage, les 3 chèques seront restitués.

Festivaliers ! *Vous pouvez participer aux matinées de stage (10h/13h) s'organisant autour de la pratique du yoga et de la danse, en vous inscrivant préalablement auprès d'Anne-Véronique Vernardet.*
Le coût pour chaque matinée est de 35 € et de 130 € pour les 5 matinées.