

Stage intensif de Mouvement Rosen

Enseignante :
Aurelia Priotto St. John (Italie)

Du 9 au 13 Octobre 2019

Maison d'accueil de Charousse, Gigors (Drôme)



« Nous pouvons nous épanouir, nous pouvons prendre de l'espace, dans la joie et la légèreté. Chaque mouvement peut être une danse. »

MARION ROSEN

Venez danser avec nous !

Les mouvements Rosen se pratiquent sans effort, permettent de détendre nos tensions chroniques et nos postures physiques et émotionnelles, augmentent la flexibilité des articulations, favorisent la respiration naturelle et invitent à une expérience plus profonde de nous-même.



Aurelia Priotto St. John est responsable de la formation de Mouvement Rosen en France. Formée au travail corporel et au mouvement par Marion Rosen à Berkeley, elle pratique pendant plusieurs années en Californie, au Nouveau Mexique et au Canada où elle est responsable de la formation de Mouvement. En 2010, elle revient dans son pays natal, l'Italie, où elle partage sa passion pour la Méthode Rosen.

Dans la joie de vous accueillir !

Aurelia et Lene (organisatrice)

Lene Espensen • Tél. : 06 82 37 68 41 • lene@espensen.com

<https://methoderosen.com/>



Informations supplémentaires

Comment agissent les mouvements Rosen ?

Que se passe-t-il quand le corps lâche prise ?

Les muscles se relâchent, s'étirent, s'élargissent et alors les émotions ressurgissent.

Le mouvement du corps devient libre et une personne nouvelle et plus complète émerge.

La respiration circule librement dans tout le corps.

Les mouvements Rosen sont joyeux, sans effort et simples. Ils atténuent efficacement et graduellement les tensions musculaires, ainsi que les tensions chroniques.

L'ouverture au niveau de la poitrine et du cœur permet de respirer plus aisément et d'aller à la rencontre de soi-même et des autres.

En quoi consiste un stage intensif de mouvements Rosen ?

Ces 5 jours d'atelier sont ouverts à TOUS ceux qui souhaitent ré-apprendre à bouger sans effort, avec joie, légèreté et en confiance.

Pendant le stage intensif vous allez apprendre :

1. L'échauffement pour ouvrir et lubrifier les articulations.
2. Les étirements lents qui invitent une respiration naturelle.
3. Un travail en interaction avec autrui, pour affiner l'écoute et trouver un rythme commun.
4. Un travail au sol pour la colonne et pour l'intégration des expériences vécues.

Ce stage compte également pour la formation d'enseignant en mouvements Rosen.

Vous allez apprendre la théorie sur les mouvements Rosen et comment animer et préparer un cours de mouvement.

Vous serez encouragés à animer une petite séquence devant le groupe et à explorer les styles musicaux pour les différentes sections d'un cours de mouvement.

Le processus d'apprentissage sera soutenu par des cercles de partage qui permettent l'expression de nouvelles expériences (émotion, prise de conscience, ...) et des cercles didactiques sous forme de « questions-réponses ».

Ce stage contribue à une meilleure connaissance de soi et au déploiement de l'être.

Stage intensif de Mouvement Rosen

avec Aurelia Priotto St. John

Du 9 au 13 octobre 2019 inclus

Le stage commencera le mercredi 9 octobre à 10 h et se terminera le dimanche 13 octobre à 13 h.

Langues : français – anglais

Lieu : Charousse 26400 Gigors-et-Lozeron, Drôme

Accès par la route : A7 (ou RN7), sortie Valence sud ou Loriol puis direction Gap, passer à Crest, à Aouste-sur-Sye prendre la départementale en direction de Cobonne/Gigors et Lozeron. Faire 13 km en remontant la vallée de la Sye, dépasser Cobonne, puis un petit hameau. Après le hameau de la Rivière (sur votre gauche), continuer jusqu'à l'abribus en béton face à vous portant les inscriptions « la Caisse d'Épargne vous abrite ». Prendre le chemin qui contourne l'abri bus sur la gauche et monter sur environ 250 m). Accès par le train : Crest, avec correspondance à Valence. Taxi départemental à réserver 48h à l'avance au 04 75 81 23 25 (5 €) à partir de la gare de Crest avec un billet SNCF. Indisponible après 20h et le dimanche.

Renseignements pratiques : Thierry François au 06 51 38 34 82, thierry.francois.4@gmail.com ou Lene Espensen au 06 82 37 68 41, lene@espensen.com.

Horaires : 9 h 00 - 16 h 00.

Matériel à prendre pour le stage : tapis de sol, vêtements souples, écharpe, votre musique et votre lecteur de musique.

Prix du stage avec l'hébergement : 625 € (pension complète du mercredi 9 octobre à midi jusqu'au 13 octobre petit-déjeuner inclus)

C'est possible d'arriver mardi soir. Une nuitée chambre partagée : 22 €, une nuitée chambre individuelle : 30 €. Avec repas du mardi soir/nuitée/petit-déjeuner mercredi : 44 € (en chambre partagée). Merci d'informer Thierry ou Lene de votre jour d'arrivée et de votre choix de chambre.

Bulletin d'inscription - Stage intensif de Mouvement à Charousse du 9 au 13 octobre 2019

Nom :Prénom :

Adresse.....

Tél. : Mail :

Envoyer votre bulletin d'inscription, accompagné d'un chèque de 120 euros à titre d'arrhes, à l'ordre de « Institut Rosen » (pour un virement bancaire, nous contacter) à :

Nathalie Landy, 84A route des Romains 67200 Strasbourg - e-mail : methoderosen@gmail.com

Dans le cas où vous devriez annuler votre participation au stage, au plus tard 15 jours avant, les arrhes vous seraient remboursées. De notre côté, nous pouvons être amenés à annuler le stage, au plus tard 15 jours avant, s'il n'y avait pas assez de participants, dans ce cas, les arrhes vous seraient remboursées.

Questionnaire pour un stage de la Méthode Rosen

Les questions suivantes sont confidentielles
et seuls les enseignants et leurs assistants en auront connaissance

Stage intensif de Mouvement à Charousse, Gigors et Lozeron, en Drôme du 9 au 13 octobre 2019

Nom :Prénom :

Adresse.....

Tél. : Mail :

Date de naissance :

Comment avez-vous connu la Méthode Rosen ?.....
.....

Avez-vous déjà suivi un cours ou stage de formation Rosen ?

Où et quand, avec quels enseignants ?
.....
.....

Avez-vous reçu des séances Rosen ? Combien ?

Avez-vous suivi une autre formation en travail corporel ? Laquelle ?
.....
.....
.....
.....

Avez-vous entrepris une démarche de développement personnel ?
.....
.....

Êtes-vous en traitement médical ou psychiatrique actuellement ?

.....
.....

Y a-t-il d'autres renseignements concernant votre santé physique ou psychique que nous devrions connaître ? (dépendance à l'alcool ou d'autre)

.....
.....

Qui peut-on appeler en cas d'urgence ?

1. Tél. :

2. Tél. :

Ce travail suppose une implication personnelle des participants. En m'inscrivant à ce stage, je déclare être responsable de ma personne, de ma santé physique et psychique.

Date : Signature :

ENGAGEMENT

1. Engagement de « confidentialité »

Je comprends que la Méthode Rosen est une expérience privée et personnelle pour chaque participant. Je m'engage à respecter le caractère strictement confidentiel et privé de toutes les informations, paroles ou actes des participants.

Date :

Signature :

2. Utilisation de la marque

Je suis conscient que la marque « Méthode Rosen » et le logo sont des marques protégées et qu'elles ne peuvent pas être reproduites, copiées ou dupliquées sans autorisation expresse écrite de l'Institut Rosen France.

Seuls, les praticiens diplômés par le « Rosen Institute » et les étudiants en formation de Niveau III qui indiquent leur statut, peuvent utiliser le nom et le logo « Méthode Rosen ».

Par ailleurs, je m'engage à ne pas enregistrer, filmer, ni photographier sans accord préalable.

Date :