

# Stage intensif de Mouvement Rosen

Enseignante : Aurelia Priotto St. John (Italie)

Co-enseignant : Thierry François

**Du 5 au 9 avril 2025**

**Maison d'accueil de Charousse, Gigors et Lozeron (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

Lene Espensen • Tél. : 06 82 37 68 41 • [lene@espensen.com](mailto: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

Enseignante : Aurelia Priotto St. John  
et Thierry François (co-enseignant)

Du samedi 5 au mercredi 9 avril 2025 inclus

Le stage commencera le samedi 5 à 10 h et se terminera le mercredi 9 avril 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

**Horaires** : 9 h 00 - 16 h 00.

**Prix du stage** : 500 €

**Prix de l'hébergement** : 284 € (pension complète du samedi 5 avril à midi jusqu'au 9 avril petit-déjeuner inclus). Vous avez la possibilité d'arriver vendredi soir. Une nuitée chambre partagée : 27 euros.

Merci d'informer Thierry de votre jour d'arrivée.

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

---

## Bulletin d'inscription - Stage intensif de Mouvement à Charousse du 5 au 9 avril 2025

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse.....

Tél. : ..... Mail : .....

Envoyer votre bulletin d'inscription et 120 euros à titre d'arrhes :

- par courrier, accompagné de votre chèque à l'ordre de « Institut Rosen », à l'attention de : Nathalie Landy 84 route des Romains 67200 Strasbourg
- par mail à l'Institut Rosen : [methoderosen@gmail.com](mailto:methoderosen@gmail.com), et effectuer un virement de vos arrhes : code IBAN FR7610278060310002056190193 • code BIC CMCIFR2A.

*Les arrhes sont dues si vous annulez votre participation moins de 15 jours avant le début du stage.*

# 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 5 au 9 avril 2025

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.

## 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 : .....

Signature :