



# RECONNECTED

## stage résidentiel d'été

au coeur des alpes suisses

17 - 18 - 19 juillet 2022

Hotel-Pension Beau-Site

« La nature n'a pas besoin de l'homme.  
L'homme a besoin de la nature.  
Sentez-vous ce lien entre vos corps et  
le corps de la terre ? Ils sont faits de la  
même matière »

« Soyons vivants et la Terre se détend  
Soyons vibrants  
Il est en redeviendrons clément.  
Vivons notre belle matière  
Et nous en serons fiers »

(Sophie Marceau - Mère nature)

En ce moment de grand  
questionnement écologique, social,  
politique, personnel, il est urgent de  
pouvoir se reconnecter.  
L'association aux terres feu croit en  
le potentiel de l'être humain, mais  
est intimement persuadé que  
l'évolution positive et à grande  
échelle ne peut que passer par une  
prise de conscience profonde et  
individuel.

Reconnaître  
Emotions  
Corps  
Ouvrir  
Nature  
Nourrir  
Essence  
Conscience  
Transformer  
Expérience  
Danse

Danser au rythme des saisons  
Vers une nouvelle synergie  
entre homme et nature!

### «L'enjeu du 21e siècle, c'est la symbiose de l'homme avec la nature»

Vers une RECONNEXION à cette possible union profonde  
qui nous montre le chemin vers le prochain pas, comme  
un dialogue personnel qui s'instaure entre soi et le monde  
subtil. Pas après pas, la cohérence et le sens reviennent et  
laisse place à une nouvelle vitalité insufflée  
dans notre corps et notre esprit.

#### Déroulement du stage :

Yoga-Stretching (ZEN SHIATSU)  
Observation & visualisation du corps  
Exercices de respiration  
Danse par images  
Danse en Nature

#### Le stage intensif d'été met l'accent sur la pratique en pleine Nature :

Méditation, exercices de reconnexion, pratiques corporelles et énergétiques,  
liées à la synergie entre homme & nature, danse de reconnexion ...

Ouvert à tous, aucune condition particulière ou compétence spécifique exigée.  
Attention le nombre maximum de participants est limité.

#### Info et Inscriptions :

[info@eauterrefeu.com](mailto:info@eauterrefeu.com)

[www.eauterrefeu.com](http://www.eauterrefeu.com)

#### HORAIRE :

17 juil. : 16h - 20h

18 juil. : 10h - 18h

19 juil. : 10h - 17h



# PROGRAMME DÉTAILLÉ DU STAGE

Un voyage le long de l'axe vertical de la Médecine Traditionnelle Chinoise

**PREMIER JOUR : L'ÉLÉMENT EAU (Jing)**

L'eau représente l'héritage des parents, l'héritage des ancêtres, le passé, d'où nous venons et la force pour obtenir ce que nous voulons.

Un retour aux origines.

Le mouvement part de la partie la plus profonde, la plus dense du corps, le squelette.

Le mouvement de l'EAU : lenteur, fluidité, continuité, densité.

**DEUXIÈME JOUR : L'ÉLÉMENT TERRE (Chi)**

La terre met en connexion la force avec l'objectif, elle représente le centre, le présent. Une recherche du centre qui révèle présence et force.

Le corps se structure par l'action des muscles. Incarnation.

Le mouvement de la TERRE : rythme, stabilité, circularité, répétition

**TROISIÈME JOUR : L'ÉLÉMENT FEU (Shen)**

Le feu représente le parcours personnel, notre propre évolution, notre futur,

où nous allons. Une recherche sur l'immatérialité du mouvement, expansion et dilatation.

Le mouvement du FEU : légèreté, luminosité, expansion, élévation

## Le lieu du stage :

**Hotel-Pension Beau-Site / Chem. du Mont 13, 1927 Chemin, Suisse**

Perdu entre les arbres et la forêt, l'Hôtel Beau-Site est érigé au milieu de nulle part. Il offre le calme, le calme et la tranquillité. Dans ce cadre où seule la nature règne, la clientèle opère un retour aux sources. (Site internet : <http://chemin.ch>)



**Possibilité de choisir un chambre individuelle, double ou trois-quatre lits**

**ATTENTION : l'hôtel dispose d'un certain nombre de chambres, individuelles, doubles ou triples.**

**Nous donnerons la priorité pour les chambres, dans l'ordre d'arrivée des réservations et ceci jusqu'au 5 juillet 2022.**

**Arrivée dimanche 17 juillet entre 14h00 et 15h00 / Départ mardi 19 juillet à partir de 17h00**