

# JOURNEE DE FORMATION OUVERTE AU PUBLIC

Organisée par Feldenkrais-France

« *LEGERETE DES EPAULES, MOBILITE DES BRAS, LIBERTE DE LA TÊTE* »

*Dimanche 19 octobre 2014*

*Journée ouverte au public*

Recherche de légèreté, de mobilité, de liberté, dans cette zone de la ceinture scapulaire qui en manque si souvent. Explorer le confort que cela peut apporter au quotidien, car « tout ce qu'un individu sait bien faire ne lui coûte pas d'effort » (Moshé Feldenkrais)

⇒ Propositions de 3 à 4 leçons de « Prise de Conscience par le Mouvement » (PCM)

**Avec Anne CANDARDJIS**

Danseuse et chorégraphe, puis praticienne en 1994, elle enseigne au sein des formations continues avec les professionnels de la danse,



de la musique ou du mouvement. Depuis 2011, c'est en tant que trainer qu'elle intervient dans les formations en France (IFELD et SELF-WISE) ainsi qu'à l'étranger. Elle anime mensuellement des ateliers de supervision d'IF à Paris.

*Au cœur de la Drôme,  
à « La Ferme de Baume Rousse »,  
Domaine en Bio-Dynamie,  
26400 Cobonne (sud-Est Valence)  
[www.lafermedebaumerousse.net](http://www.lafermedebaumerousse.net)*



*Dimanche 19 octobre*

*de 10H à 17H*

5H de pratique, en cours collectifs (PCM)

Intégré à une post-formation de 4 jours  
pour les praticiens

de la méthode Feldenkrais

**95€ (repas compris)**

Voir fiche inscription

*Dans un espace de travail magique  
"Le Dodécadome"*



**FICHE D'INSCRIPTION: JOURNEE DE FORMATION OUVERTE AU PUBLIC**

*Organisée par Feldenkrais-France*

**« LEGERETE DES EPAULES, MOBILITE DES BRAS, LIBERTE DE LA NUQUE »**

*Dimanche 19 octobre 2014, avec Anne CANDARDJIS*

Nom, prénom :

Adresse :

Téléphone:

E.mail :

- Je m'inscris à la journée de formation**

**« Légèreté des épaules, mobilité des bras, liberté de la nuque »,**

**animée par Anne CANDARDJIS**

+ Dimanche 19 octobre 2014, de 10H à 17H

+ Coût : 95 € (Repas du déjeuner inclus)

- Je souhaite manger uniquement végétarien (préciser si régime spécial):
- J'envoie à Feldenkrais-France, un chèque d'arrhes de 30 €, libellé à l'ordre de Feldenkrais-France .**

A partir du 19 septembre, ce chèque sera encaissé et non remboursable en cas de désistement après cette date. (sauf cas de force majeure).

- Versement du solde , 65 € le jour de la formation.

Date : .....

Signature : .....

**A renvoyer dès que possible, à Feldenkrais-France, Emily RAPHY,**

**5 rue de l'église, 89150, Fouchères - 03 58 45 50 27**

Renseignements: sabine SOUNY, membre du Conseil d'administration

sabine.souny.ca@feldenkrais-France.org. - 02 47 45 39 45 ou 06 62 42 60 65