

Côté pratique...

Tarif : 750 euros

Ce prix inclus l'animation, l'hébergement en demi-pension dans des bungalows (comprenant deux chambres doubles, cuisine, salle d'eau), les déplacements sur l'île (*taxi-bus, bateau*) et excursions.

Ne comprend pas le prix du vol aller retour Heraklion et les repas du soir (*possibilité de cuisiner sur place, pour ceux qui le voudront*).

Accueil à Héraklion le samedi 26 mai à partir de 18h.

Retour à Héraklion le samedi 2 juin vers 15h.



La Crète, grande île d'une variété étonnante, combine montagnes enneigées, collines couvertes d'oliviers et littoral découpé. Riche de milieux naturels diversifiés ainsi que d'une flore très variée, l'île est bercée par un climat méditerranéen.

Habitée depuis presque 8000 ans, elle est le trait d'union entre la civilisation gréco-romaine et celle millénaire de l'Égypte et de l'Asie mineure.

Familière des dieux et des déesses il semble que l'île ait mérité leurs faveurs avec ses 300 jours d'ensoleillement.

Pour tous renseignements et inscription merci de nous contacter :

Association Telesma

Laurence Valentin
tel : 06 63 75 00 70
yoga@telesma.fr

Danse et Conscience

Mahélie Fischbach
Tél : 06 74 58 71 76
mahelie@orange.fr

Stage limité à 14 participants

Votre réservation vous sera confirmée dès réception de votre chèque d'arrhes de 250 euros accompagné de votre bulletin d'inscription.

Vous recevrez ultérieurement listes et détails nécessaires à la préparation de votre séjour.



proposent un stage animé par

**Laurence Valentin
et Mahélie Fischbach**



Voyage ...

émergence de ce dynamisme qui déploie ses racines dans l'inédit.

Du bleu turquoise de la mer au mandala des rivages,
Laurence et Mahélie vous accompagnent dans le mouvement des
cinq éléments... **terre, eau, feu, air, éther**

Vous cheminerez avec Yoga Mouvement Danse, Silence... tout au
long des côtes, gorges, montagnes, que nous offre la Crète !

Connexion essentielle avec l'élan primordial de la nature,
souffle de l'énergie de vie,
danse reliance au divin qui naît dans la justesse de l'instant,
chant de l'éphémère dont l'inconnu est son inépuisable nourriture.

*Accepter de donner passage à ces éléments c'est faire un avec le tout, c'est
entendre le silence source de toute chose et trouver à l'intérieur de chacun de
nous, cette partie immobile et universelle qui est Conscience.*

"car se mouvoir en liberté c'est Vivre en méditation"...

Vimala Thakar

Notre proposition se situe au
carrefour de plusieurs
pratiques dont le yoga et la
danse.

De nos chemins de vie et de
nos parcours respectifs est né

ce voyage
teinté de

qui nous sommes chacune,
riche de qui nous sommes
ensemble, quand la puissance
des éléments nous inspire et
nous entraîne dans la
créativité.



Laurence Valentin



Mahélie Fischbach

Yoga Mouvement Danse
méditations actives et assises
pratiques énergétiques,
rêves éveillés, nidras...

Silence et rires

Seul, à deux et en groupe...

guideront nos pas tout au long de ce voyage.

Aucune connaissance préalable ou aptitude
physique particulière n'est nécessaire.