

Stage d'été

11 - 17 août 2025 à La Bresse



Ça coule de source!

Sept jours de Technique Alexander dans les Vosges



Chaque été au gîte le "Chant de la source" nous réunissons chanteurs, danseurs, thérapeutes et coaches de la voix et du corps à se ressourcer tout en se formant dans un écrin de verdure et de montagnes.

La Technique Alexander sera l'outil de prédilection pour aider les participants à se défaire de blocages et d'habitudes interférentes. Quand la dynamique tête-corps est libre tout devient plus facile : le chant, la parole en publique ou du thérapeute, l'activité sportive, la danse et l'enseignement.

En se libérant de nos automatismes et de leur lot de tensions on devient plus entier et ouvert, solide et souple, posé et performant.

Chaque situation du quotidien, des plus simples aux plus difficiles, devient l'occasion de revenir à sa source de liberté, de vitalité et d'aisance. La Technique Alexander a la particularité de pouvoir se pratiquer partout et à tout moment, qu'on se brosse les dents ou que l'on chante devant un publique, dans la pratique d'un instrument ou dans la marche.

Le stage bilingue franco-allemand s'adresse aux novices et aux personnes expérimentées. La participation d'assistants, d'enseignants et d'élèves en formation assure le bien-être individuel de chaque participant(e).

Célia Jurdant

Célia Jurdant pratique la Technique Alexander depuis 1996 et l'enseigne depuis à un public varié en Allemagne, en France, en Angleterre, au Japon et aux Etats-Unis.

Pendant 9 ans, elle a dirigé l'école de formation de professeurs « Alexander Alliance International » en Allemagne. Revenue vivre en France, elle propose aujourd'hui plusieurs modules de formations à Strasbourg ainsi qu'à Cologne, en Allemagne. Sa passion pour le chant lui a fait découvrir la Technique Alexander après une formation musicale au Conservatoire de Strasbourg. Aujourd'hui, elle met la méthode Alexander au service du travail vocal.

Ses autres influences: le yoga, la méditation, la méthode Feldenkrais, la thérapie cranio-sacrée, le travail vocal de C. Ried, R. Hart, K. Linklater, la CNV, la méthode visuelle Bates, Access Consciousness et le tango argentin.



Hendrik Klein

Hendrik Klein vient du monde du verbe: historien, journaliste, traducteur et auteur, en particulier dans le domaine de la communication scientifique. Malgré ses activités sportives et bien que danseur de tango, il était comme beaucoup de personnes travaillant à l'ordinateur, plutôt "dans sa tête".

Quatre années de formation à la Technique Alexander ont remis son corps à sa juste place et ajouté de la couleur dans sa vie. Depuis il s'intéresse à notre première langue maternelle, le mouvement. C'est ce qui l'a conduit à explorer d'autres disciplines telles que le Rolfing, le yoga, la méthode Feldenkrais et la méditation.



"Nous sommes invités à être créatifs, curieux, éveillés, attentifs à soi, aux autres et à l'environnement pour entrer dans un pays des merveilles. J'ai le sentiment d'avoir passé le seuil d'un tout nouvel univers."

I.Schlumberger suite à un stage d'été.

INFORMATION & INSCRIPTION

Célia Jurdant

Tel +33 7 83 40 97 93

info@alexandertraining.eu

www.alexandertraing.eu

LES DATES

Du Lundi 11 Août 2025, 17 heures

au Dimanche 17 Août 2025, 14 heures

LE LIEU

Au Chant De La Source

22, Route de la Basse des Feignes

88250 La Bresse

LES PRIX

Coût du stage : 850 €

Coût des chambres en pension complète par nuit :

De 63€ à 81€ en chambre triple, double ou individuelle

+12€ pour les chambres avec salle de bain privatif.

10 € supplément pour les draps et les serviettes.

L'inscription est validée avec le versement de l'intégralité du prix du stage ou d'un acompte de 350€.