

## À la redécouverte de son clown inter-rieur

L'essentiel est de s'amuser et d'amuser les autres, en accueillant les rudiments d'un art séculaire qui accorde un moment privilégié, débarrassé de tout esprit de compétition, permettant à la confiance en soi de s'exprimer librement. Une merveilleuse approche de la différence, dans un domaine où elle constitue une richesse à cultiver, plutôt qu'une barrière à surmonter.

**PUBLIC :** Tous, de l'adolescent au sénior, car chacun porte une grande part de comique en lui, qui est naturel, unique et irremplaçable. Pas d'expérience préalable requise.

**OBJECTIF :** Le PLAISIR avant tout ! Réapprendre à ne pas faire le clown, mais-à l'être. Retrouver la joie et la richesse du moment présent, en exprimant sa sensibilité, dans la simplicité et l'amour. Vivre pleinement ses émotions dans un total respect mutuel et se forger des outils de communication simples et efficaces, pour ré-entrer en communion avec soi-même et les autres. Réapprendre à observer et à se faire confiance. Des objectifs plus personnels sont pris en compte, en fonction des desideratas de chacun.

**METHODE :** Peu de théorie, beaucoup d'exercices pratiques, seul et en groupe, partages, travail sur le corps, accessoires, impros, maquillage.

**MATERIEL A EMPORTER :** Tout instrument de musique, du plus simple au plus sophistiqué, même si vous n'en avez que quelques rudiments ; tout vêtement et accessoire que vous trouvez comiques (laissez libre cours à votre imagination) ; bloc-notes et crayons, collants et/ou tenue relax, petites chaussures à semelle souple, démaquillant, serviette et surtout. Votre BONNE HUMEUR !

**MATERIEL FOURNI SUR PLACE :** Maquillages professionnels, déguisements, accessoires, vidéos, documentation, photos et musiques.

**FORMATEUR :** Paolo DOSS

**LIEU :** Vivre en Yoga, Annick Auzou, 1437 rue de Mantot 76 Grémonville

**DATES :** Les 23 et 24 octobre 9H/18H

**TARIF :** 150€ les deux jours 50€ à l'inscription

Déjeuner sorti de son sac avec partage sur le lieu du stage

**INSCRIPTION JUSQU'AU 15 SEPTEMBRE au 06 78 50 78 12**



**À la redécouverte de son clown inter-rieur**

**Stage**

**Avec Paolo Doss**

**Les 23 et 24 octobre 2017**

**VIVRE EN YOGA**

**Grémonville**

**« Redécouvrir le clown qui est en soi, c'est avoir envie d'explorer ensemble de nouvelles voies où le rire et l'émotion se côtoient, dans le plaisir, la tendresse et le respect de soi-même et des autres. »**