

Stage tantra mixte résidentiel vendredi 15 à 18:00 au dimanche 17 septembre 2023 18:00

A 10 km de Caen à Mutrécy14220

**TANTRA - NATURE ET EAU CHAUDE EN NORMANDIE  
RE-ENCHANTER – FLUIDIFIER – DONNER DU SENS  
INSCRIPTION**

Nom ..... Prénom .....

Age .....

Tél. portable ..... ou Fixe .....

E-mail (lisible svp) .....

En donnant votre mail vous acceptez de recevoir mes newsletters

Adresse : .....

Imprimez ce bulletin, remplissez-le et envoyez-le accompagné d'un chèque libellé à l'ordre de ASSOCIATION PODAM d'un montant de 100€ (200 € pour un couple) à l'adresse ci-dessous :

Deva Broncy – 20 Rue Gay Lussac – Bât. B - 78800 Houilles

Les arrhes ne sont pas encaissées avant le stage et remboursées si pour des raisons sanitaires le stage doit être annulé. En cas d'annulation de votre part à moins d'un mois les arrhes sont encaissées

Lieu : Dans une maison isolée à l'entrée de la forêt de Grimbosq avec piscine couverte chauffée à 36° de 50m<sup>2</sup>. Chambres couples ou chambres à plusieurs lits individuels ou à 2. 5 douches et 3 wc. Possibilité de co-voiturage de Paris ou de la gare de Caen.

Horaires :

Accueil vendredi 15 septembre au soir de 18:00 à 19:30 début du stage 21 :30

Fin du week-end dimanche 17 septembre à 18:00

La nourriture est assurée par notre cuisinière Ela qui fait principalement du sans gluten et lactose et végétarien.

Plus de précisions sur ce qu'il faut apporter en termes de matériel, équipement, conditions sanitaires vous seront données après inscription.

Merci de prévoir ~~370€ en espèces~~ par personne à donner le vendredi soir, le chèque vous sera restitué, me préciser si vous souhaitez une facture. Des étalements de paiement sont envisageables Si nécessaire. Tarif hébergement, nourriture, et animation tout compris.

Merci de prendre en compte le fait que l'équilibre homme/femme ne sera pas nécessairement respecté, nous recherchons d'abord un groupe harmonieux.

J'ai lu et accepte les conditions d'inscription.

Fait le .....

Signature

## STAGE TANTRA NATURE ET EAU CHAUDE EN NORMANDIE

### RE-ENCHANTER – FLUIDIFIER – DONNER DU SENS

L'eau vient dissoudre notre carapace de tensions, le corps se remet à onduler, à se plier et se déplier, donnant cette même liberté à l'Être qui y loge. Il s'agit de passer par le corps, le souffle et l'énergie pour réactiver les mouvements de l'Être et explorer la conscience du corps et de ses mémoires. L'eau peut nous amener à vivre la présence bienveillante à l'autre et à reconnecter avec le flux de la vie en nous.

Nous aurons, le jeudi et samedi matin, un moment de respiration intense en eau chaude qui amène une immersion au cœur de soi, un espace de guérison et d'expansion de conscience.

Le corps est une rivière, un flux incessant de ressentis, de sentiments. Telle la rivière, il est en perpétuel changement et une intelligence maintient son intégrité et y coordonne le flux de la vie. C'est à cette intelligence que nous nous confierons durant ce stage. C'est une invitation à lâcher-prise en toute confiance grâce à la dimension enveloppante de l'eau et les gestes de bercement doux et fluides. Dans ce ballet aquatique, se crée un nouvel espace où peut se révéler une nouvelle profondeur. Il s'agira d'entrer en conscience, en résonance avec l'eau.

Outre les moments aquatiques, nous aurons des pratiques de tantra plus classiques telles que les méditations actives, des moments d'interaction avec l'autre en dyades, des exercices relationnels à 2 ou en grand groupe, des exercices autour de la créativité, nous danserons et aurons 2 soirées consacrées à un rituel sacré pour célébrer l'alchimie des énergies de vie.

Si le temps le permet nous profiterons également de la forêt pour nous relier aux arbres, à la terre, au vent, à l'air dans une exploration des sensations corporelles pour ouvrir l'espace des ressentis émotionnels.

Des cercles de paroles égrèneront le stage afin de prendre du recul, poser ce qui s'expérimente et nourrir le groupe de notre intimité et vulnérabilité partagées.

Dans la piscine, vous serez libre de choisir en conscience, et si cela ne gêne personne, d'être nu-e-s. Cependant il n'y a aucune obligation et, si vous le souhaitez, vous pouvez mettre un maillot de bain. **Attention si vous êtes naturiste convaincu-e**, ce stage risque de vous contrarier car, si une ou plusieurs personnes sont gênées par le fait qu'il y ait de la nudité, nous mettrons un maillot de bain (ceci évoluant généralement au fil du stage)

C'est un stage qui se veut tranquille avec de longues pauses pour bronzer et profiter de la terrasse et du jardin. Il y aura 2 soirées de libres pour se coucher tôt et se reposer ou partager avec les personnes du stage.

**Stage ouvert à toutes les personnes**, seules, en couple, débutantes, curieuses, pratiquantes régulières du Tantra.

Deva et Joe offrent un tantra non genré, non hétéronormé, un équilibre au niveau des personnes participantes et un groupe harmonieux seront recherchés plutôt que la parité stricte.

Contactez Deva si vous avez besoin de plus d'information, si vous avez des questions, doutes, inquiétudes pour en parler avant le stage.

**Joe et Deva se réjouissent de vous rencontrer ou vous retrouver pour cette expérience aquatique et tantrique !**