



CHOEUR EN BALADE

**UN STAGE DE 7 JOURS : 3 EN RÉGION
TOULOUSAINNE ET 4 DANS LES PYRÉNÉES**

UN SÉJOUR RESSOURÇANT POUR S'EN-CHANTER



POUR VOUS QUI :

- Aimez la nature et les plantes
- Aimez chanter
- Avez envie de prendre un temps de vacances ressourçantes et conviviales
- Avez envie de vous faire du bien

NOUS VOUS PROPOSONS UN STAGE DE 7 JOURS POUR CHANTER, DÉCOUVRIR LA FLORE DE 2 RÉGIONS DIFFÉRENTES ET VOUS RESSOURCER :

- **LES 3 PREMIERS JOURS ONT LIEU EN RÉGION TOULOUSAINNE ET SONT NON RÉSIDENTIELS**
- **LES 4 DERNIERS JOURS ONT LIEU À ESPLAS DE SÉROU DANS LE GÎTE LE CARMIL AU CŒUR DU PARC NATUREL RÉGIONAL DES PYRÉNÉES ARIÉGEOISES ET SONT RÉSIDENTIELS**

Ce stage s'articule autour de balades et d'ateliers de découverte des plantes le matin, de chant l'après midi et de repas conviviaux.

- Trajets de marches (niveau facile, accessible à tous)
- Découverte de plantes de la région, leurs propriétés et leurs usages
- Ateliers de réalisation de produits naturels que vous pourrez emporter chez vous
- Répétitions de chœur (temps de détente, échauffement vocal, apprentissage des morceaux et travail musical)
- Fête de fin de stage avec concert, simple et conviviale

INTERVENANTES :



Lydie Loupias : Thérapeute en shiatsu et magnétisme, installée depuis plus de 10 ans, j'accompagne l'humain sur son chemin d'évolution. Je partage ma passion pour les plantes médicinales à l'aide de stages de terrain de reconnaissance et d'ateliers pratiques autour de séjours thématiques, avec pour projet très bientôt de développer le concept autour de nos villes. Aller vers soi pour aller vers l'autre, vers la Nature jusqu'à sa vraie nature, je m'y emploie.



Laure Gerard : Chanteuse lyrique, chef de chœur et coach, j'accompagne les personnes dans la découverte de leur voix au service de leur épanouissement. Je dirige également un chœur dans le Tarn et fais partie de plusieurs formations musicales. Mon écoute, ma bienveillance et ma créativité sont à votre disposition pour vous aider à révéler votre potentiel.

INFORMATIONS PRATIQUES ET INSCRIPTIONS :

- Dates 2021 : du 17 juillet à midi au 24 juillet matin
- Tarifs (hors hébergement) : 450€ TTC
- Hébergement en Ariège (repas compris) : 65€ par nuit en gîte, 32€ par jour en externe. Le règlement se fera directement au gîte du Carmil.

Contacts : Lydie Loupias +33 6 74 20 62 47

www.espacemarguerite.com

Laure Gerard +33 6 87 76 51 79

www.groupe-dtcf.com

