

# Stage Poterie et Yoga

## Ancrage à la terre

16 - 17 Septembre 2023

La poterie et le yoga, ces deux pratiques complémentaires permettent de revenir à soi, de développer sa présence et son ancrage à la terre. Par des postures et le contact avec l'argile, vous vous immergerez dans une perception du mouvement et de la matière afin d'apaiser le corps et l'esprit.

### Intervenantes



**Claire Grosjean**, céramiste, vous fera découvrir la magie du travail de la terre et ses infinies possibilités de façonnage et de décor. Le modelage et la sculpture ludique seront les principales techniques abordées créant le lien entre la pratique du yoga et celles de la céramique par le corps. Le tout dans un pur moment de lâcher prise.

Instagram : [clairegrosjean\\_creations](#)

Fb : [Claire Grosjean](#)

[www.claire-grosjean.fr](http://www.claire-grosjean.fr)

### **Delphine Mathé**

Pratiquante et enseignante de yoga à Auxerre. Formatrice à l'EFY de Paris et de Lille (école française de yoga), membre de la FNEY.

Sa transmission est basée sur le geste méditatif, la répétition, la lenteur, la fluidité et l'assise silencieuse. Le corps, l'esprit, sont sans cesse en transformation pour aller vers notre créativité, notre profondeur.

Fb : [Yoga Auxerre](#)

[www.yoga-auxerre.com](http://www.yoga-auxerre.com)



### Programme du stage :

#### Jour 1 : samedi 16 Septembre

- RDV 8h30 : accueil gourmand et présentation du programme du week-end
- 9h15-12h30 : pratique de yoga
- 12h30-14h30 : déjeuner buffet sur place
- 14h30 – 17h30 : modelage

#### Jour 2 : dimanche 17 Septembre

- 8h30 : assise silencieuse
- 9h-10h30 : pratique de yoga
- Pause de 15 minutes
- 10h45-12h30 : modelage
- 12h30-14h30 : déjeuner buffet sur place
- 14h30 : Finalisation des pièces modelées et échanges de fin de stage
- 16 h : Fin de stage

### Lieu :

Le Moulin de Vézelay  
Hameau de Sœuvres  
48, grande rue  
89450 Fontenay-Près-Vézelay  
[www.moulin-pres-vezelay.fr](http://www.moulin-pres-vezelay.fr)



### Hébergement :

Possibilité de loger sur place au Moulin de Vézelay

### **Réservation des nuitées par vos soins**

Contactez Pauline au 03 86 81 98 68  
[contact@moulin-pres-vezelay.fr](mailto:contact@moulin-pres-vezelay.fr)

### Places limitées

### Tarif :

- pour la pratique : 180€  
Comprenant 70€ de pratique de yoga et 110€ d'atelier de poterie.
  
- pour la location de la salle et 2 repas : 80€ à régler au Moulin de Vézelay  
Comprenant 2 buffets de 20€ pour les repas du midi sur place et 40€ de location de salle

### Le tarif comprend :

- 5h15 de pratique du yoga
- 6 heures de poterie.
- les pauses thé
- la terre utilisée pour le modelage
- le petit outillage mis à disposition
- la cuisson de 2 pièces en céramique

### Le tarif ne comprend pas :

- l'hébergement
- le transport jusqu'au lieu du stage
- l'expédition des pièces

### Le matériel à apporter :

- Tenue décontractée, un tablier et un torchon
- Tapis et coussin de yoga



**Pour confirmer votre inscription**, merci d'envoyer le formulaire dès que possible, avec un **chèque d'acompte de 50€** à l'ordre de :

Claire Grosjean,  
16 rue de Fleurus  
89000 Auxerre

(non remboursé en cas d'annulation, sauf en cas de force majeure).

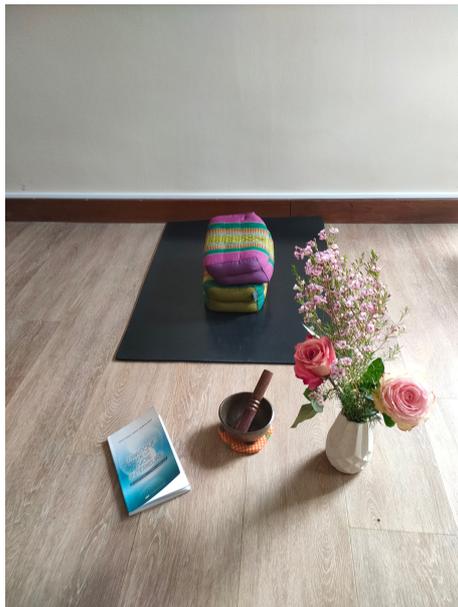
Le solde des frais de stage sera à régler en début de stage par trois paiements, l'un pour la pratique de yoga (70€), le second pour la pratique de la poterie (60€), le 3<sup>ème</sup> pour la location de salle et les 2 repas du midi (80€).

**Date limite d'inscription : 26 Août 2023**

Inscription possible dès maintenant

**Renseignements**

bonjour@claire-grosjean.fr  
06 19 63 22 65



**Formulaire d'inscription**

**Stage Poterie/Yoga – 16 - 17 Septembre 2023 – Fontenay-Près-Vézelay**

Nom :.....  
Prénom :.....  
Adresse : .....  
Tél :.....  
Mail : .....

Indiquez si vous avez un régime alimentaire particulier (la cuisinière fera au mieux pour vous satisfaire) : .....