



Stage d'été de gymnastique holistique du 12 au 19 juillet 2025

Respirer pleinement 🌿 Bouger librement 🌿

Animé par Florence Alibrand

Florence Alibrand, kinésithérapeute et praticienne expérimentée, est également formatrice en gymnastique holistique AFGH®. Elle propose ce stage chaque année depuis 2017. Le stage se tient au gîte « La Source des Sylves », situé dans le parc naturel du Morvan à La Chapelle-sous-Uchon (71190).

Public concerné :

- Toute personne souhaitant découvrir ou approfondir la pratique de la gymnastique holistique.
- Les praticien.ne.s en gymnastique holistique diplômé.e.s ou en formation souhaitant enrichir leur pratique.

Conditions :

- Le stage accueille entre 10 et 18 participants.
- Les ateliers quotidiens se déroulent du **lundi 14 juillet** au matin au **vendredi 18 juillet** en fin d'après-midi, dans une salle dédiée, éloignée des gîtes.
- L'arrivée est prévue le **dimanche 13 juillet** en fin d'après-midi, avec une option d'arrivée anticipée le samedi 12 juillet* pour une journée libre de découverte des lieux et de l'environnement.
- L'hébergement en pension complète est assuré sur place en chambres partagées.
- Le gîte est privatisé et comprend une piscine accessible aux participants.

Renseignements et inscription :

Par mail : florence.alibrand@yahoo.fr

- L'inscription sera validée après réception d'un acompte de 400 € avant le 1^{er} avril 2025. Un certificat médical peut être requis.

Tarif :

- **850 € : Cours de gymnastique holistique (5-6 h/jour) et hébergement en chambre partagée avec linge de lit fourni**
- **280 € : Frais de nourriture (à payer séparément).**
- ***50 € : Supplément pour une arrivée le samedi 13 juillet en fin d'après-midi.***

Pour plus d'informations sur la gymnastique holistique et le parcours de Florence Alibrand, veuillez consulter :

<https://www.florencealibrand.com>

Pour des renseignements sur la formation de praticien en gymnastique holistique AFGH®,

rendez-vous sur <https://gymnastiquenholistique.fr/formation/>

