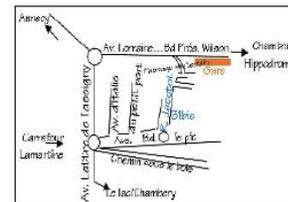


31 bis rue Jacotot
73100 AIX LES BAINS
06 15 43 38 39
espaceaurore@gmail.com
<https://espaceaurore-aixlesbains.com/>

ESPACE AURORE



PROGRAMME DE L'ESPACE AURORE -AIX LES BAINS DU 01/07/2025 AU 31/08/2025

Voici le programme des activités (stages, conférences, ateliers). Plus d'informations sur notre site ou



STAGE SOMMEIL : PLUS BELLE LA NUIT...

JEUDI 03 JUILLET : 09:30 - 17:30

Contre le stress et l'insomnie : Découvrez le Sounder Sleep System, une pratique qui allie mouvements doux et méditation en mouvement à la portée de tous.

BLANDINE WONG 0479636575 b.wong@sensactions.fr <http://www.sensactions.fr/> <https://espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/blandine-wong>

DÉCOUVRIR VOTRE BOUSSELE D'ORIENTATION DE VIE - REVENIR À SOI-MÊME

JEUDI 03 JUILLET : 14:00 - 18:30 JEUDI 10 JUILLET : 14:00 - 18:30 JEUDI 17 JUILLET : 14:00 - 18:30 JEUDI 24 JUILLET : 14:00 - 18:30 JEUDI 31 JUILLET : 14:00 - 18:30 JEUDI 14 AOÛT : 14:00 - 18:30 JEUDI 21 AOÛT : 14:00 - 18:30

Et si vous profitez d'une pause estivale pour aller à la rencontre de votre nature profonde ? L'objectif de la boussole est de vous aider à vous rapprocher de votre authenticité, vous donner des clés pour votre propre évolution afin d'accomplir une vie plus sereine et épanouie.

ANNE LAURE MONFRET 0658514227 annelauremonfret@gmail.com <https://www.annelauremonfret.fr>

MINI-STAGE D'ÉTÉ FELDENKRAIS

DIMANCHE 13 JUILLET : 09:30 - 12:00 LUNDI 14 JUILLET : 09:30 - 12:00 MARDI 15 JUILLET : 09:30 - 12:00

Stage sur 4 matinées (3 à l'Espace Aurore, 1 en extérieur) pour découvrir/ approfondir la méthode Feldenkrais autour du thème de la marche/ marche nordique. Possibilité de participer à la matinée.

BLANDINE WONG 0479636575 b.wong@sensactions.fr <http://www.sensactions.fr/> <https://espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/blandine-wong>

CIELS FANTASTIQUES - STAGE POUR APPRENDRE A PEINDRE LES CIELS A L'AQUARELLE

SAMEDI 19 JUILLET : 10:00 - 17:00

Une journée pour apprendre à peindre le cosmos, les aurores boréales, les couchers de soleil et plus encore ! Initiation à l'aquarelle dans une bulle bienveillante et calme, pendant laquelle le cerveau se pose et la main prend le relai.

CLÉMENCE BRICOUT 06 65 62 80 84 clemencebricout.pro@gmail.com <https://www.espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/clemence-bricout/>

CONSTELLATIONS FAMILIALES ET SYSTÉMIQUES

DIMANCHE 20 JUILLET : 09:00 - 18:00

Animé par Christophe Chipier Ces ateliers proposent une immersion dans l'univers des constellations systémiques – un outil puissant pour révéler & transformer les dynamiques invisibles qui influencent nos vies, nos relations et nos héritages familiaux

CHRISTOPHE CHIPIER 0662589449 christophe.chipier@gmail.com <https://www.instagram.com/christopheconstellation?igsh=ZWpyZGo3Nmhrbjhr>

ATELIER DECOUVERTE AQUARELLE

VENDREDI 25 JUILLET : 15:00 - 18:00

Venez explorer votre potentiel créatif avec l'aquarelle ! Sans aucun pré-requis, vous pourrez découvrir une pratique créative et passer un moment de détente et lâcher prise. Cet atelier est un espace bienveillant et calme, pendant lequel le cerveau se pose et la main prend le relai. C'est un temps d'exploration créative guidée.

CLÉMENCE BRICOUT 06 65 62 80 84 clemencebricout.pro@gmail.com <https://www.espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/clemence-bricout/>

ATELIER MENSUEL D'EXPLORATION CRÉATIVE A L'AQUARELLE

SAMEDI 26 JUILLET : 09:30 - 12:30

Vous pourrez découvrir un samedi par mois cette pratique créative et passer un moment de détente et lâcher prise. Cet atelier mensuel est un espace bienveillant et calme, pendant lequel le cerveau se pose

et la main prend le relai. C'est un temps d'exploration créative guidée, avec une proposition différente à chaque séance. Il est possible de participer une seule fois.

CLÉMENCE BRICOUT 06 65 62 80 84 clemencebricout.pro@gmail.com <https://www.espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/clemence-bricout/>

STAGE FELDENKRAIS ET GOLF

MECREDI 30 JUILLET : 14:00 - 17:00

Stage de 5 jours alliant cours techniques au golf d'Aix-les-Bains et pratique corporelle à l'Espace Aurore

BLANDINE WONG 0479636575 b.wong@sensactions.fr <http://www.sensactions.fr/> <https://espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/blandine-wong>

MA RETRAITE AU BORD DU LAC

MARDI 12 AOÛT : 17:00 - 21:00 **MECREDI 13 AOÛT** : 08:00 - 21:00 **JEUDI 14 AOÛT** : 08:00 - 21:00 **VENDREDI 15 AOÛT** : 08:00 - 21:00 **SAMEDI 16 AOÛT** : 08:00 - 16:00

Une retraite au milieu du monde dans un lieu naturel d'exception. Ouvrir un espace, un temps pour soi ... partagé. Des pratiques et des éveils corporels et sensoriels, des espaces d'expériences et des veillées dans un cadre protecteur.

DAVID CUVELIER 0665681440 davidcuvelier@icloud.com <https://www.delaterrealadanse.fr/>
