



# Un stage d'été de gymnastique holistique du 14 au 20 juillet 2024 avec Florence Alibrand

Florence Alibrand est **kinésithérapeute, praticienne et formatrice** en gymnastique holistique.

Le stage a lieu chaque été depuis 2017, dans le cadre champêtre et préservé du gîte «**La Source des Sylves**» au cœur du parc naturel du Morvan, à La Chapelle-sous-Uchon (71 190).

## Ce stage s'adresse :

- Aux personnes souhaitant découvrir ou approfondir leur pratique.
- Aux praticien.ne.s en gymnastique holistique déjà formés ou en formation qui souhaitent enrichir leur pratique.

## Conditions :

- Le stage accueille entre 10 et 18 participants.
- Les ateliers quotidiens de gymnastique holistique ont lieu du lundi 15 juillet au matin au vendredi 19 juillet en fin d'après-midi.
- Les cours se déroulent dans une belle salle de pratique à l'écart des gîtes.
- L'arrivée se fait le dimanche 14 juillet en fin d'après-midi
- Possibilité d'arriver le samedi 13 juillet pour une journée libre de découverte du lieu et des environs\*.
- L'hébergement est assuré sur place en chambres partagées et pension complète.
- Le gîte est privatisé, la piscine est à notre disposition.

## Renseignements et inscription :

**Par mail :** [florence.alibrand@yahoo.fr](mailto:florence.alibrand@yahoo.fr)

- Un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la gymnastique holistique peut vous être demandé.
- L'inscription est validée par le versement d'arrhes d'un montant de 400€.

## Tarif :

- **850 €** : Comprenant les cours de gymnastique holistique (5 à 6 h/ jour) et l'hébergement en chambre partagée et le linge de lit.
- **280 €** : Participation aux frais de nourriture à régler séparément
- **\*50 €** : en supplément si arrivée le samedi 10 juillet en fin d'après-midi.

Pour en savoir plus sur la gymnastique holistique et sur mon parcours :  
[www.florencealibrand.com](http://www.florencealibrand.com)

Pour en savoir plus sur la formation de praticien en gymnastique holistique AFGH <https://gymnastiqueholistique.fr/formation/>

