





Stage d'été de gymnastique holistique

du mardi 14 juillet au dimanche 19 juillet 2026

Souplesse et vitalité : du centre aux extrémités



Animé par Florence Alibrand

Florence Alibrand, kinésithérapeute et praticienne expérimentée, est également formatrice en gymnastique holistique AFGH®. Elle propose ce stage chaque année depuis 2015.

Cette année, le stage se tient dans le Morvan au Domaine des Brizards, au cœur de 7 hectares de parc, de forêt et d'étangs, offrant une tranquillité idéale pour pratiquer et se ressourcer.



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.
- Arrivée le **mardi 14 juillet** vers 16h, départ **dimanche 19 juillet** en matinée.
- Les ateliers quotidiens se déroulent du mardi 14 juillet en fin de journée au samedi 18 juillet en fin d'après-midi.

Renseignements et inscription :

Par mail : florence.alibrand@yahoo.fr

- L'inscription est validée après réception d'un acompte de 400€ avant le 1^{er} avril 2026.
- Un certificat médical peut être requis.

Tarif 5 nuits :

-  Chambre individuelle **885 €**
-  Chambre double **700 €**
-  Chambre triple : **650 €**
-  Pension complète : **230 €** à régler séparément.

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

<https://www.florencealibrand.com>

