



A LA RENCONTRE DE SON CHEVAL INTERIEUR



OÙ ?

A MIRMANDE DRÔME
LAMIRMANDISE.COM

QUAND ?

LE WEEK END
DU 29 SEPT AU 1 OCT 2023

AVEC QUI ?

MARIANNE RAFFESTIN
EQUI LIBRE
06 11 10 34 67

AVEC QUI ?

KARIM REGGAD
IFGAP.NET
06 10 28 44 73

POUR QUI ?

QUE VOUS SOYEZ DÉJÀ FAMILIER AVEC LE CHEVAL OU QUE VOUS EN AYEZ PEUR, CE STAGE VOUS PERMET DE DÉCOUVRIR OU D'AMÉLIORER UNE CONNEXION INCROYABLEMENT RICHE AVEC SOI, AVEC L'ANIMAL, AVEC LA NATURE.

L'APPROCHE EST CENTRÉE SUR LA CONNAISSANCE DE SOI, ET DU CHEVAL COMME ALLIÉ ET COMME RÉVÉLATEUR.

Pourquoi ?

Cultiver la confiance en soi,
la puissance intérieure et
l'intuition

Corps – Rythmes – Sens

A la rencontre de son cheval intérieur

Le cheval bénéficie d'une connexion multisensorielle à l'environnement. Sa sensibilité est très fine aux langages du corps, aux rythmes et aux émotions. Avec sa grande finesse de perception le cheval est un puissant miroir : de notre état conscient et inconscient ; notre capacité à être en contact avec soi, l'autre ; de décider clairement ; d'acquiescer de la confiance en soi...

Ce séminaire nous permet de découvrir et d'approfondir une connexion privilégiée avec soi et l'environnement, de cultiver notre intelligence multisensorielle et émotionnelle, d'apprendre à sentir et à poser nos limites, de développer notre puissance intérieure et notre intuition.

Le programme est composé d'exercices corporels et rythmiques, de communication avec l'animal, d'identification de nos ressources pour le changement, et l'harmonisation.

La méthode conjugue différentes disciplines : l'éveil sensoriel, le yoga, le chi Kong, l'énergétique et les arts martiaux, les percussions corporelles, l'éthologie équine. Les principes et la philosophie de la Gestalt sous-tendent la pratique.

Le séminaire se déroule à la Mirmandise, une propriété magnifique, où vous évoluerez dans une ambiance de nature, de convivialité, d'écoute et de respect de chacun.e.

La méthode est accessible à tous. Vous expérimenterez une approche puissante de communication et de développement personnel, avec le cheval comme miroir et catalyseur d'évolution.

Nous proposons un cycle de 3 séminaires thématiques complémentaires :

N°1 Rencontre avec le cheval, confiance en soi, confiance intérieure.
(29sept au 1er oct 23)

N°2 Intelligence émotionnelle, sensorielle. (1er au 3 déc 23)

N°3 Danse avec les chevaux. Harmonisation corporelle, rythmes, percussions
(8 au 10 mars 24)

Inscription possible pour le cycle complet ou à la carte.

**Le nombre d'inscriptions est limité à 8 personnes
Il est conseillé de réserver à l'avance.**

Ce cycle peut constituer une préparation
à la formation à l'Equi-Gestalt-Art-Thérapie qui démarre au printemps 2024.
(Précisions concernant la formation, sur demande)

L'ENCADREMENT EST ASSURÉ PAR

MARIANNE RAFFESTIN



MONITRICE D'ÉQUITATION, PRATICIENNE EN HYPNOSE METHODE MPC, EN EQUI-COACHING ET EN EQUI-THÉRAPIE, ARTISTE PEINTRE, PLASTICIENNE.

ELLE A CRÉÉ L'ENTREPRISE EQUI LIBRE : WWW.EQUILIBREMARIANNE.COM

MARIANNE EST FILLE D'UNE MÈRE DANSEUSE ET D'UN PÈRE SCULPTEUR. ELLE A GRANDIT AU CŒUR DE LA NATURE, ENTOURÉE D'ANIMAUX, ET NOTAMMENT DES CHEVAUX POUR LESQUELS ELLE A DÉVELOPPÉ UNE VÉRITABLE PASSION. ELLE MET SON EXPÉRIENCE DU CHEVAL, DU CORPS ET DE L'ART AU SERVICE DE L'ÉPANOUISSEMENT DE CHACUN.

KARIM REGGAD



PSYCHOPÉDAGOGUE, PRATICIEN EN GESTALT-ART-THÉRAPIE, EN COACHING PROFESSIONNEL METTEUR EN SCÈNE, CHORÉGRAPHE, MUSICIEN DIRECTEUR DE L'IFGAP : WWW.IFGAP.NET

KARIM A GRANDI AUX PORTES DE LA CAMARGUE. IL EST FAMILIER ET AMOUREUX DU CHEVAL DEPUIS L'ADOLESCENCE. SENSIBILISÉ À L'ÉTHOLOGIE ÉQUESTRE DEPUIS 15 ANS IL APORTE SON CONCOURS À DES ACTIVITÉS QUI IMPLIQUENT LE CHEVAL EN ÉVÈNEMENTIELS D'ENTREPRISES, EN THÉRAPIE, EN COACHING.

C'EST UN RÉVÉLATEUR DE TALENTS, SA PÉDAGOGIE UNIQUE ALLIE LE SÉRIEUX ET L'HUMOUR.

IL EST L'AUTEUR DE :

« LES HORMONES DU BIEN-ÊTRE », EDITIONS JOSETTE LYON

« MANUEL DE COMMUNICATION À L'USAGE DES GENS RESPONSABLES », EDITIONS UNIVERSITAIRES PUN

« BIEN SE RÉVEILLER CHAQUE MATIN », EDITIONS GUY TRÉDANIEL

LE SÉMINAIRE SE DÉROULE À LA MIRMANDISE



ENTRE VALENCE ET MONTÉLIMAR, A QUELQUES KILOMÈTRES DE MIRMANDE, DANS UN DOMAINE DE 5 HECTARES, SE NICHE « LA MIRMANDISE ». DANS CE LIEU MAGIQUE NOUS METTONS À DISPOSITION DE NOS HÔTES 3 CHAMBRES SPACIEUSES ET RAFFINÉES AINSI QU'UN LODGE, LUI AUSSI CONFORTABLE ET ÉLÉGANT. POUR QUE NOS HÔTES PUISSENT PROFITER PLEINEMENT DE LEUR SÉJOUR, NOTRE MAISON BÉNÉFICIE D'UNE PISCINE, D'UN SAUNA ET D'UN BAIN À REMOUS..... ET D'UNE TABLE D'HÔTE FESTIVE, GÉNÉREUSE



Conditions d'inscriptions

Vous êtes accueillis.es à la Mirmandise
le vendredi 29 sept à partir de 18h.
Le séminaire se déroule du vendredi soir 18h
au dimanche fin d'après midi.

Tout compris : Stage + Pension complète tout confort.

Vous vous inscrivez : Avant 15 sept | Après le 15 sept

Chambres partagées 2 ou 3 : **439 €/pers** | **489€/pers**

Chambre individuelle : **569€ /pers** | **619€/pers**

Réservation séjour pour le séminaire :

Chambres partagées : 130 euros d'arrhes*

Chambre en individuelle : 260 euros d'arrhes*

Envoyez un chèque à l'ordre Philippe Perrin avec votre bulletin
d'inscription

La Mirmandise
750 chemin de Clavelle
26270 Mirmande
ou un virement

RIB transmis sur demande par mail

*En cas d'annulation par le participant, les arrhes ne sont pas remboursables. En cas d'annulation du stage par les organisateurs pour des motifs tel que : insuffisance de participant, mauvaise météo, maladie d'un intervenant... les arrhes seront intégralement remboursées sans aucune autre indemnité possible.

Bulletin d'inscription

"Le CHEVAL INTERIEUR"

Du 29 sept au 1er oct

Nom :

Prénom :

Profession:

Adresse :

Mail :

Téléphone :

Je m'inscris au stage
Du 29/09/23 au 01/10/23

Je souhaiterais recevoir le bulletin d'inscription pour les
deux autres modules

N°2 Intelligence émotionnelle, sensorielle.
(1er au 3 déc 23)

N°3 Danse avec les chevaux. Harmonisation corporelle,
rythmes, percussions
(8 au 10 mars 24)