



STAGE GNDS

"BIEN-ÊTRE À L'UNIVERSITÉ"

TAI CHI

SHIATSU

YOGA

GYMNASTIQUE
SENSORIELLE

20-24 mai 2019
RENNES



Contacts :

Samuel Lepuissant : 06.38.40.83.80
samuel.lepuissant@univ-rennes2.fr

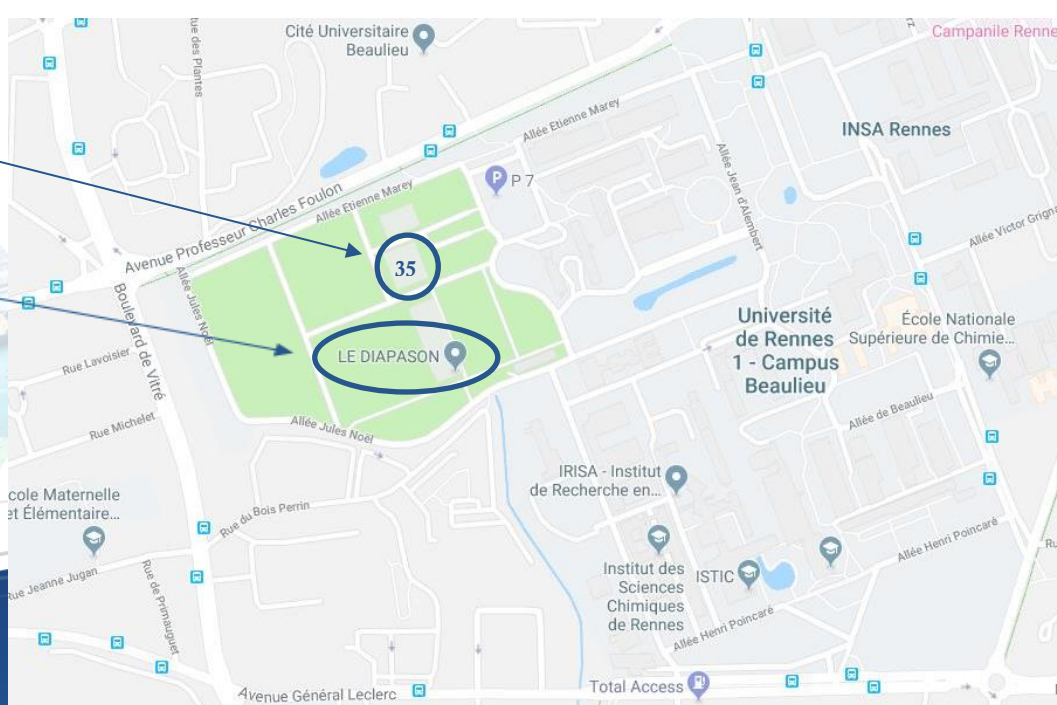
Hélène Paris : 06.30.88.16.93
helene.paris@univ-rennes1.fr

Nouraya Naït-Seghir : 02.23.23.36.06
nouraya.nait-seghir@univ-rennes1.fr



Secrétariat SIUAPS :
 Bât. 35 - Gymnase universitaire
 Allée Etienne Marey
 35700 Rennes

DIAPASON :
 Accueil
 21 allée Jules Noël
 Campus Beaulieu
 35700 Rennes



Tarifs :
 380 € avec hébergement
 280 € sans hébergement

MARDI 21 MAI

MERCREDI 22 MAI

JEUDI 23 MAI

VENDREDI 24 MAI

LUNDI 20 MAI

À partir de 17h
ACCUEIL
 Au Diapason, campus
 de Beaulieu Université
 de Rennes 1
 Installation Cité U
 Dîner au diapason

9h
 Enseigner le yoga à l'université
 Vanessa Leblond
 12h
 Déjeuner Diapason
 14h
 Gymnastique sensorielle
 Gaëlle Evain
 16h30
 Shiatsu
 Marielle Suchet et Samuel
 Lepuissant
 18h30
 Conférence « La tyrannie du
 bonheur »
 Jennifer Maguy - Sophie Lecoq
 20h
 Dîner Diapason

8h
 Départ bus
 Mont Saint Michel
 Visite de la baie et du
 mont
 13h
 Déjeuner pique-nique
 plage
 14h30
 Tai-chi
 plage St Malo
 Hélène Paris
 16h
 yoga du froid
 Pascal Robert
 18h
 Retour bus Rennes
 20h
 Dîner Rennes

9h
 Yoga Iyengar
 Kai Schoemann
 12h
 Déjeuner Diapason
 13h30
 Diverses pratiques,
 temps d'échanges
 15h
 « Comment nommer nos
 pratiques ? »
 Laure Peyramanou
 16h30
 Bilan stage, perspectives
 18h30
 Visite libre Rennes
 20h
 Dîner Rennes

9h
 Enseigner le yoga à
 l'université
 Vanessa Leblond
 12h
 Déjeuner Diapason
 14h
 Fin du stage