

3 week-ends d'EUTONIE à Aix en Provence

CME 2026 - 2027

21 - 22 NOVEMBRE 2026

Avec Chantal DUPREZ

« L'eutonie et la Voix »

Chantal est eutoniste diplômée de l'instituto internacional de Eutonia (2004 - Espagne)

Elle développe sa pratique en eutonie et fait, plus récemment, des stages sur la voix avec Catherine Delasalle (Feldenkrais). Elle constate que le rapport au corps acquis grâce à l'eutonie l'aide beaucoup dans le travail de la voix.

C'est à une synthèse entre ces deux pratiques qu'elle nous invite !

L'eutonie permettant « de se libérer d'efforts musculaires inutiles, d'harmoniser le tonus des différents diaphragmes, de trouver son centre, ses appuis...

Notre voix devient alors l'expression de tout notre être et s'enrichit d'harmoniques ; elle est le témoin de notre rapport à notre squelette, à la gravité » (C. Delasalle)

13 - 14 FEVRIER 2027

Avec Jean Michel COUTERET

« Equilibres et Déséquilibres »

Jean Michel est professeur d'eutonie, d'EPS et intervient auprès de personnes ayant des besoins particuliers (handicap, cancer, trauma, troubles neurologiques ou cérébraux...)

L'équilibre est à regarder comme un état transitoire, soumis à des changements qui peuvent aller jusqu'au déséquilibre. Il est à mettre en lien avec une réelle disponibilité et les adaptations nécessaires, à l'opposé d'un enracinement figé.

« L'eutonie dispose de tous les outils pour explorer ces notions dans leurs différentes dimensions, tant dans l'immobilité relative que dans le mouvement »

10-11 AVRIL 2027

Avec Christine CHAUTEMPS

« Ré-initialiser les 3 diaphragmes, pelvien, respiratoire et laryngé »

Christine est sage-femme, professeur d'eutonie (I.E.) formatrice médicale en France et en Outremer

Son parcours en eutonie, et parallèlement en haptonomie lui a permis de **relier ses expériences corporelles à la dimension relationnelle et affective**. Plus tard son expérience en fleurs de Bach, sa pratique en Somatopathie et celle de la méthode Bye Bye Allergies ont renforcé sa capacité à relier la **dimension émotionnelle et le symptôme**, y compris en cas d'intolérance et d'allergie.

Les 3 diaphragmes : Le pelvien (tapissant le fond du bassin) le thoracique (tapissant le bas de la zone thoracique et la séparant l'abdomen) sont tous deux impliqués dans la respiration. Le « diaphragme laryngé » complète le fonctionnement de l'appareil respiratoire, en conduisant la colonne respiratoire et aérienne à travers le corps.

C'est la synchronisation naturelle de ces trois diaphragmes, lors de l'inspire (vers le bas) et lors de l'expire (vers le haut) que nous allons découvrir, et tenter de libérer les entraves qui pourraient les impacter.