

## Informations pratiques

**Planning horaire** (voir page 2) :

Vendredi 12 juillet fin d'après midi.

Samedi 13 juillet journée.

Dimanche 14 juillet journée.

**Le Lieu :**

St Jean de Buèges



**Tarifs pédagogique :**

106 € (réduit) si inscription avant le 31 mai.

116 € (normal) si inscription après le 1er juin.

126 € (dernière minute) si inscription à partir du 1er juin.

(+4€ d'adhésion ponctuelle à l'association)

**Hébergement :**

59 € : 2 nuits + 2 petits déjeuners

84 € : 2 jours en demi-pension

Agréables chambres de deux à trois personnes équipées d'une literie complète.

Frais de location de 15€ en cas de logement à l'extérieur. Accompagnants acceptés dans la limite des places disponibles.



**ChoraleMontpellier.com**

**jazzatous@gmail.com**

**07 81 16 38 80**



**ÉDITIONS MERCIA DU LAC**

Sources bibliographiques D. Didier

**Voix à Tous les Étages**  
& MéditaMontpellier  
présente



**Stage**  
**Méditation**  
& **Chant**

**12 • 14 Juillet 2019**  
**St-Jean de Buèges**

## Le Formateur : Lionel Licini



Chef de chœur et pianiste, diplômé d'état en direction de chœur, Lionel Licini dirige et coordonne les chœurs de l'association *Voix à tous les étages*. Il est chef invité de projets chorals en région Occitanie.

Lionel s'intéresse depuis plus de 20 ans aux pratiques modernes de la méditation, qu'il enseigne au sein de *MéditaMontpellier*.

### Organisation Horaire

#### Vendredi 12 Juillet

18h-20h30 : Accueil et début des activités.  
20h30 : Soirée conviviale (auberge espagnole).

#### Samedi 13 Juillet

9h-19h45 : Méditation & Chant.  
Pause de 13h à 17h30.  
20h : Soirée conviviale.

#### Dimanche 14 Juillet

Idem au samedi, après-midi : 16h-18h



### Activités Détente

Lors de la pause : vous pourrez vous baigner dans la Buèges, prendre un café, une bière, une glace sur la place, visiter les ruelles et le château, lire, papoter ou encore faire la sieste.

## La Méditation

La méditation est une pratique présentant de nombreuses vertus. Outre l'apaisement, on lui attribue l'amélioration de la concentration, de la mémoire et de calmer l'émotionnel.



Le stage s'adressant à des niveaux variés, différentes formes de méditation sont au programme dans le but de maintenir l'attention et l'intérêt du participant.  
*Matériel : se munir d'habits de sport, tapis de sol, couverture, coussin.*

## Le Chant Choral

Le chant choral est l'art de chanter en groupe. C'est stimulant, artistique et convivial. Les pièces qui seront chantées vous permettront de vous immerger dans un répertoire polyphonique. Ce répertoire sera dans la continuité du travail intérieur relatif à la méditation : des pièces ressourçantes.



**Vivez une expérience unique alliant  
la pratique de la méditation et du chant choral !**

## Méditation & Chant Choral 12 – 14 juillet 2019

Date limite d'inscription 4 JUILLET !  
(au-delà, merci de nous consulter)

Nom - Prénom : .....

Adresse postale : .....

Téléphone : .....

Courriel : .....

### Informations musicales

Je chante : soprano / mezzo / alto / ténor / basse

J'ai déjà chanté en chorale :  Oui  Non

Je réserve pour le stage uniquement :

65 € : Acompte tarifs pédagogiques  
+ participation aux frais

Je réserve pour le stage + hébergement :

134 € : 84€ (1/2 pension) + 50€ (acompte)  
 109 € : 59€ (nuit+petit déjeuner) + 50€ (acompte)

Règlement du solde à l'arrivée.  
Montant total selon date d'inscription (voir tarifs).  
Chèque à l'ordre de l'Association Jazz à tous les étages,  
23 place E. Combes, 34090 Montpellier.  
En cas d'annulation au-delà du 30 juin 2019,  
cette somme sera conservée.

#### Conditions d'Accès

Il n'y a pas de pré-requis nécessaire pour participer à ce stage, que ce soit pour la méditation comme pour le chant choral.