

Programmation été 2016

Activités « Créativité et Bien-être »



CALENDRIER des animations au CAMPING « Le Grand Jard » à Ste Gemmes sur Loire

ACTIVITES :	Le modelage	Coloriage anti-stress de mandalas	La sophrologie
Le jour :	Les mercredis	Les jeudis	Les vendredis
Horaires :	A partir de 10h	De 17h30 à 19h	De 10h à 11h
Les dates :	6 juillet	7 juillet	8 juillet
	20/07	21/07	22/07
	27/07	28/07	29/07
	3 août	4 août	5 août
	24/08	25/08	26/08
	31/08	1 septembre	2/09
Matériel	Fourni	Fourni	Pas besoin
Tarifs : Réservés aux campeurs Hors camping +2€	Adulte : 8€/pers Parent-enf : 12€ /duo Enfant : 6€/enf	Adulte : 8€/pers	Adulte : 9€/pers

Intervenante : *Karine HERVE* -Sophrologue – Artiste plasticienne-

- DECOUVERTE DE LA SOPHROLOGIE :



Séance collective d'1h pour adultes .

9€ / personne. 6 personnes minimum (10-12 pers maxi)

Les vendredis matins de 10h à 11h.

Description de l'activité:

Venez suivre une séance de sophrologie afin de découvrir une nouvelle méthode de développement personnel et de gestion du stress. Apprendre à mieux se connaître et à s'épanouir grâce à des exercices ciblés. Le bien-être avant tout.

- ATELIER MODELAGE :

Matériel fourni. Pas de cuisson.

Les mercredis matins à partir de 10h

Pour adultes : 1h30 tarif 8€

Pour parents-enfants : 1h30

tarif 12€ par duo

Pour enfants (de 4 à 11 ans) : 1h

tarif 6€ / enfant



Description de l'activité:

Rencontre avec la Terre : celle qui se façonne et qui prend forme sous vos doigts au gré de votre imagination. Empreintes, façonnage, vous repartez avec votre modelage. Laissez s'exprimer votre créativité. Un thème différent à chaque séance.

- COLORIAGE ANTI-STRESS AVEC LE MANDALA :

Matériel fourni

Pour adultes 1h30 8€/pers

Les jeudis de 17h30 à 19h

Description de l'activité:

Découvrez les vertus bienfaitantes du mandala (dessin centré) en mettant en couleurs avec divers outils graphiques le dessin de votre choix. Personnalisez celui-ci avec le collage d'éléments, des rehauts de gels pailletés ... Tout un univers à explorer pour une pause détente et créativité.



INFOS :

Réservation obligatoire et merci de me prévenir la veille pour le lendemain en cas d'annulation.

6 personnes minimum (10-12 pers maxi) pour que l'activité ai lieu.

Rendez-vous devant l'accueil 5 minutes avant le début de l'activité.

En cas d'intempéries les activités auront lieues dans la salle du bas ou sous le barnum.

Merci et au plaisir de partager.

Pour plus de renseignements contactez-moi

Karine HERVE / « Joyaux de l'Essentiel »

Angers - 06 83 75 34 83

www.mandalasessenciel.com