

Semaine de Ski de randonnée et Chant Sacré au cœur des montagnes suisses Hospice du Grand St Bernard du 13 mars au 20 mars 2010

*Une semaine de chant et de ski ancrée à haute altitude, où le regard s'amplifie de par la majesté des lieux, où l'écoute s'affine avec le silence, ...
S'ouvrir au sacré*

Au programme :

- Le ski de randonnée, qui nous offre la possibilité de transformer cet espace de nature en espace de chant.
- Ouverture de l'oreille et de l'émission vocale par le jeu des sons harmoniques
- Exploration de différents répertoires (tradition chrétienne de Corse et d'Italie, liturgie orthodoxe russe et bulgare essentiellement) à la recherche de leur écho 'sacré' à l'intérieur et autour de nous.

* L'animateur vocal Baptiste Vaes:

Est musicien, chanteur et chef de chœur. Il transmet depuis une dizaine d'année les chants traditionnels, sacrés ou profanes, qu'il récolte lors de voyages, spectacles, stages ou recherches personnelles. Il envisage la musique en générale et le chant en particulier, tant dans leur dimension artistique que thérapeutique et spirituelle, comme une occasion privilégiée de relation à soi et aux autres.

* **La participation à l'atelier chant** ne nécessite pas de pré-requis mais bien d'être intéressé et prêt à s'investir dans la pratique du chant sacré.

Journée type :

Réveil : 7h

Méditation sonore (facultatif) : 7h30 à 8h

Petit déjeuner: 8h

Sortie ski de randonnée: 9h-12h

Pique-nique: 12h-13h30

Retour à l'Hospice et temps libre : 14h-16h

Atelier chant : 16h-18h

Temps libre : 18h-19h

Souper & soirée libre: 19h



*Ski de randonnées à ski de niveau débutant et moyen

Si vous pratiquez un peu de jogging, de danse, de vélo ou tout autre sport, vous y arriverez.

Niveau technique : pratique régulière du ski alpin ; aucune expérience du ski de randonnée n'est demandée

*Accompagnateur ski de randonnée Miguel Derriks :

- Pratique de l'alpinisme depuis + / - 1995
- Brevet de « moniteur alpinisme » niveau 1 en 2003 au CAF
- Brevet de chef de course hiver niveau 1 en 2004 au CAS
- Perfectionnements « avalanche » au CAS en 2004 et 2008

* Organisation & Coordination : Karine Gillon



Conditions :

Le prix de 650 € comprend :

- Le logement en demi-pension
- Les sorties en ski de randonnée
- Les ateliers de chant
- La location du matériel

Il ne comprend pas le trajet A-R (covoiturage depuis Bruxelles possible) les pique-niques, les consommations personnelles, ni l'assurance personnelle obligatoire :

www.europassistance.be Assistance Snow

Départ depuis Bruxelles le samedi 13 mars matin et retour à Bruxelles le samedi 20 mars en soirée.

Vous INSCRIRE ou vous informer?

Contactez : Karine Gillon : 0474/ 310 604

E-mail : karinegillon@yahoo.com

Réaliser un versement bancaire de 100 € d'arrhes au compte : 210-0260807-26

"Nom" "Prénom" "Ski&chant". **Dès que le paiement est effectif nous envoyons le dossier complet avec les informations pratiques.**

- Le solde est à verser avant le 1er mars 2010

***Groupe ouvert à 12 participants**