



Stage de partage d'expérience

Feldenkrais on Air™ Utiliser les petits ballons et introduction à la « Table de Ballons »

Sur la base du travail d'Ilana Nevill

Les 10 et 11 octobre 2026 à Pont-de-Beauvoisin (Savoie)

Le Groupe Feldenkrais des Savoie a travaillé de nombreuses années avec Ilana Nevill, qui a largement développé l'usage des ballons en Feldenkrais sous de multiples formes.

Nous avons à cœur de proposer à nos collègues praticiens de découvrir les différentes facettes de ce travail. Les petits ballons sont des outils faciles à apprivoiser et utiliser en Feldenkrais, aussi bien en PCM qu'en IF. Il nous paraît intéressant d'introduire aussi la « table de ballons » qui ouvre de nouvelles perspectives en IF.

Ce stage de partage d'expérience a pour objectifs de vous permettre :

- de découvrir les multiples usages des petits ballons, en PCM et en IF (sur table Feldenkrais classique),
- de découvrir la « table de ballons », création d'Ilana et qu'elle n'a cessé de perfectionner au fil du temps et de l'expérimenter en tant qu'élève,
- de prendre confiance en vos capacités de créativité, encouragées par ces outils.

Ce stage est un pré-requis pour le stage orienté spécifiquement sur le thème de la table de ballons, qui sera proposé en 2026-27.

Public : praticiens ou étudiants en 4^e année de formation

DETAILS PRATIQUES

Dates: du Samedi 10 octobre à 10H au dimanche 11 octobre à 17H

Pré-programme :

samedi

- Accueil à partir de 9h30
- 10H- 18H : stage dont 1H30 de pause avec repas partagé sur place
- 19H repas au restaurant pour ceux qui le souhaitent

dimanche : 9H30 – 17H dont 1H30 de pause avec repas partagé sur place

Lieu: Agora Guiers – 456 Avenue Jean Jaurès, La Baronnie 73330 Pont-de-Beauvoisin

Repas : prévoir vos repas de samedi midi et dimanche midi (ou commerces à proximité le samedi)
Repas du samedi soir au restaurant pour ceux qui le souhaitent

Nombre de participants: limité à 15

Prix du stage : 180 € (Arrhes: 50 €) – tarif réduit 160 € pour les inscriptions reçues avant le 10 septembre 2026

Logement: contacter le Groupe Feldenkrais des Savoie (possibilité d'hébergement chez les praticiens du groupe selon disponibilité)

Matériel particulier à prévoir : table IF si possible ; petits ballons (20 à 30 cm) si vous en avez

Renseignements /Inscriptions:

Blandine WONG 04 79 63 65 75 ou b.wong@sensactions.fr

(Bulletin d'inscription page suivante)

BULLETIN D'INSCRIPTION

A retourner à :

Groupe Feldenkrais des Savoie,

c/o Blandine WONG, 230 chemin des Clefs, 73420 DRUMETTAZ-CLARAFOND

Je m'inscris au Stage ballons avec le Groupe des Savoie du 10 au 11 octobre 2026

Je joins un chèque d'arrhes de 50 Euros à l'ordre du **Groupe FELDENKRAIS DES SAVOIE**

NOM Prénom :

Tél :

Adresse postale :

.....

E :mail :.....

Je souhaite être hébergé(e) par les praticiens du Groupe des Savoie (selon disponibilité) :

oui **non**

Si oui : **vendredi soir** **samedi soir**

Je participe au repas au restaurant du samedi soir : **oui** **non**

Moyen de transport (en vue covoiturage éventuel) :

Observations :

.....

.....

.....