



Yoga ✧ Danse ✧
Méditation
Accompagnement
avec musiciens live



L'ART DE LA PRÉSENCE

Retraite immersive estivale -15 au 20 Aout 2026 - en Cévennes



Proche de St Roman de Codières (30), cinq jours pour ralentir, se déposer et retrouver la subtilité du vivant.

Une expérience immersive en **MUSIQUE LIVE** !

Cette retraite nous invite à quitter le rythme du faire pour entrer dans celui de l'Ecoute,
de la Présence et de la Contemplation.....

S'ouvrir à ses qualités et à ses cycles, à habiter pleinement le corps dans l'instant présent.

Un espace pour affiner nos perceptions, ouvrir nos sens et se relier : à la nature qui nous entoure,
à notre propre nature sensible et vibrante.

Se rencontrer pleinement dans la finesse de nos ressentis, la profondeur du corps et la richesse de notre
Humanité.



Elsa Decourt

COSMA CREATION

Accompagnante, facilitatrice
et artiste du mouvement.

Elle propose une approche
sensible et créative, mêlant
corps, conscience et
expression artistique, pour
aider chacun à trouver son
alignement et sa liberté
d'être.



COSMACREATION.COM

@ 06 21 56 35 59

COSMACREATION.ELSA@GMAIL.COM



Les pratiques

- Yoga & pratiques énergétiques régénératives
- Méditation
- Danse butō de la nature & danse des éléments
- Marche consciente & silence
- Chants médecine & intuitifs (accompagnés en live)
- Cercles de parole
- Temps créatifs & rituels de célébration
- Musique Session & surprises

Tarifs Résidentiel (hébergement/ 5 x repas)

- 580€ Early Bird
- 650€ (après le 15/06/2026)
- Tarif solidaire à la demande



Stéphanie Halimi

SAMAYA YOGA

Inspirée par les traditions
yogiques de l'Inde et du Tibet,
elle propose une approche
sensible et profonde à la
Présence..

Pour elle, l'expérience directe
est l'enseignant le plus juste,
guidant chacun vers une
compréhension intime et
incarnée du vivant.



SAMAYAYOGA.FR

@ 06 49 32 36 64