

L'EUTONIE : DÉCOUVREZ ET PRATIQUEZ

Centre Méditerranéen d'Eutonie 2025-2026

L'EUTONIE est une voie de développement personnel

*"Ce qu'il faut, c'est commencer à **apprendre**, un peu plus **chaque jour**, qu'on est ce corps sur lequel on peut prendre appui."* Gerda Alexander (1908-1994)

L'EUTONIE créée par Gerda Alexander développe notre conscience corporelle. Elle permet de :

- Préserver sa santé et de mieux vivre
- Se détendre et restaurer ses forces
- Rééquilibrer les tensions corporelles
- Se mouvoir efficacement et économiquement dans toutes les situations de la vie quotidienne
- Développer une liberté de mouvements

L'EUTONIE dans la région PACA

Le Centre Méditerranéen d'Eutonie (CME) a pour but de promouvoir l'Eutonie

Ses différentes actions portent sur :

- La pratique de l'eutonie
- La formation d'eutoniste (voir les modalités sur le site eutonie-cme.fr)
- La diffusion des actualités et publications sur l'Eutonie.

L'adhésion pour l'année 2025-2026 est de 30 € et elle permet :

- Un tarif préférentiel pour les samedis et weekends d'Eutonie
- La possibilité de participer à la rencontre annuelle de l'I.E. (institut d'Eutonie)

WEEK-ENDS à Aix en Provence - samedi 14h30 - 18h30 / dimanche 9h30 - 12h30 et 14h - 17h

15 / 16 Novembre 2025 : intervenant **Dominique DULIEGE** (Lyon)

Psychomotricien et Eutoniste, spécialisé en eutonie pour les musiciens, auteur du livre :

« Accorder son corps : l'eutonie pour les musiciens et chanteurs »

28 / 29 Mars 2026 : intervenant : **Jessie DELAGE** (EFEGA / Paris)

Eutoniste, responsable de la formation professionnelle de l'Ecole Française d'Eutonie

Gerda Alexander® (EFEGA) et gymnastique Bothmer®

6 / 7 juin 2026 : intervenante **Gabriela BAL** (Brésil)

Eutoniste, coordinatrice et professeur à l'instituto Brasileiro de Eutonie.

Spécialiste de l'accompagnement des femmes enceintes et Docteur en Sciences de la religion

CME - Association loi 1901 adhérente à l'Institut d'Eutonie

Siège social : Les colonnes de Rhodes, bat. A02, 46 Avenue Marcel Delprat, 13013 MARSEILLE

Tél : 04 91 68 09 70 / 06 11 28 14 38

Site web : eutonie-cme.fr

Participation financière :

- Adhésion annuelle obligatoire AUC BANDO (pour utilisation du Dojo) : 5€
- Tarifs week-end :

- Week-end complet	adhérent : 76 €	non-adhérent : 95 €	Etudiant : 50 €
- Demi-journée (samedi)	adhérent : 26 €	non-adhérent : 32 €	Etudiant : 20 €
- Journée complète (dimanche)	adhérent : 50 €	non-adhérent : 63 €	

Lieu : Gymnase Louison Bobet, 2 impasse des frères Pratesi (Dojo 2 - AUC Bando) à Aix en Provence

SAMEDI « DECOUVERTE » 14h30 - 18h

Cours assurés par les professeurs d'Eutonie et les élèves en formation

Date : *A venir*

Participation financière : adhérent 15 € / non-adhérent 20 €

Lieu : Gymnase Louison Bobet, 2 impasse des frères Pratesi
(Dojo 2 -AUC Bando) à Aix en provence



Inscriptions aux samedis et weekends :

Auprès de Lucia Cervini : luciacervini@gmail.com (de préférence)
07 81 97 08 77

SÉANCES HEBDOMADAIRES D'EUTONIE

➤ **Marseille :** Mardi 10h45-11h45 (Centre d'Animation de la Rosière, 12^{ème})

Michèle RIMINATI : 04 91 68 09 70 / 06 11 28 14 38

➤ **Aix-en-Provence :** Mardi 10h30 -12h (Maison Soleil – jas de Bouffan)

Carole ISBERIE : 06 03 93 08 13

➤ **Camps La Source** (à côté de Brignoles) Cours individuel à la demande :

Michel MARCHAUDON : 06 30 44 88 21



Par ailleurs, l'IE propose chaque année la
RENCONTRE FÉDÉRALE DE L'INSTITUT D'EUTONIE (pratique, réflexion, recherche)

Pour tout renseignement consulter : www.institut-eutonie.com

CME - Association loi 1901 adhérente à l'Institut d'Eutonie

Siège social : Les colonnes de Rhodes, bat. A02, 46 Avenue Marcel Delprat, 13013 MARSEILLE

Tél : 04 91 68 09 70 / 06 11 28 14 38

Site web : eutonie-cme.fr