

Eurythmie musicale

Formation pour amateurs débutants

vivre la musique par le mouvement
avec Kristiina Vesmês-Laloux

Vous souhaitez pratiquer l'eurythmie musicale de façon régulière en participant à un cursus de formation progressif, intégrant les éléments de base de la musique et le travail sur des œuvres de grands compositeurs ?

Nous vous proposons une formation en eurythmie musicale pour amateurs débutants, à raison de quatre sessions par an, dans un cadre porteur, au cœur du Massif des Bauges, en Savoie.

Vous évoluerez dans une grande salle, avec un piano, accompagnée par une pianiste professionnelle et sous la conduite d'une eurythmiste qui est aussi musicienne professionnelle ?

L'équipe :

- ✿ Kristiina Vesmes-Laloux: eurythmiste diplômée de l'Eurythmeum de Stuttgart; musicienne titulaire d'un master en direction de chœur et en pédagogie de la musique délivré par le Conservatoire de Tallinn; Diplômée de L'Institut pour l'Eurythmie en Entreprise (Den Haag); Chef de chœur et ancienne professeur d'eurythmie des écoles Waldorf de Challes-les-Eaux (Savoie) et Pärnu (Estonie); depuis 2024, post-formation en eurythmie artistique, sous la direction de Barbara Mraz, à Berlin. Depuis 2009, Kristiina anime régulièrement des ateliers d'eurythmie musicale avec des adultes, en France et en Estonie.

L'Eurythmie est un art du mouvement qui rend visible la musique et le langage. Elle sollicite les forces qui, depuis le cosmos (périphérie), créent la vie dans les profondeurs de notre organisme. Ces forces qui sont d'origine musicale et sonore sont ainsi vivifiées et amenées dans l'espace en tant que chant visible. La dynamique du son devient alors dynamique intérieure. Cette pratique rafraichit tout l'être dans un vécu qui englobe à la fois le corps, l'âme et l'esprit et nous amène à la source de l'expérience musicale.

- ✿ **Anne-Sandrine Durand:** professeur de piano diplômée du Conservatoire de Chambéry, médaille en formation musicale au conservatoire de Lyon, licence en musicologie et diplôme d'État (discipline piano), enseigne la musique à l'école de musique de Montmélian et accompagne avec passion différentes chorales. Elle fait partie du trio Pavanne avec lequel elle donne des concerts en Savoie.
- ✿ **Michel Laloux:** Économiste, philosophe de l'éducation et formateur d'adultes sur les questions sociétales et anthroposophiques. Dans le cadre de cette formation, il animera un atelier d'observation goethéenne pour approfondir et fonder la compréhension des forces formatrices qui sont mises en mouvement dans l'eurythmie.

Informations pratiques :

- ✿ **Dates 2026 :** 6+7+8 Mars | 15+16+17 Mai | 30+31Juil+1+2 Août | 23+24+25 Octobre.
- ✿ **Horaires :** Les sessions de Mars, Mai et Octobre commencent le premier jour à 17h15 et se terminent le troisième jour à 13h00. La session de Juillet commence le Vendredi à 09h00 et se termine le Dimanche à 17h00. Au total, il y a 10 journées de cours. Pour l'horaire détaillé, voir page 3.
- ✿ **Lieu :** 73 chemin de la Frasse - 73340 Bellecombe-en-Bauges
- ✿ **Hébergement :** Le lieu dispose de chambres pour deux personnes et salles de douche. Le prix de la nuitée de 10 € couvre les frais d'énergie et d'entretien. Une participation libre supplémentaire est bienvenue.
- ✿ **Repas :** Nous préparons le plat principal pour chaque repas (avec salade pour les repas de midi). Apportez les desserts + fromages + grignottages. Pour le petit déjeuner il y aura du pain, du beurre, de la confiture, Café/Thé/Thé vert/Tisanes. Les frais des courses seront partagés.
- ✿ **Participation financière :** nous proposons une fourchette de participation pour les frais de cours. Pour les 10 journées, la fourchette est de 800 à 1'200 Euros, selon possibilités financière de chacun.

La session de Mars est à titre d'essai. La fourchette est alors de 160 à 240 Euros. Celles et ceux qui décident de continuer, s'engagent pour la totalité des sessions de l'année. Les absences ne sont pas décomptées. Il est possible de mensualiser les paiements sur 10 mois ou de payer en quatre fois.

Pour des situations particulières, nous contacter.
- ✿ **Renseignements** directement auprès de Kristiina au +33 7 50 67 88 13 ou par mail : formation@lesdeuxchemin.fr.
- ✿ **Inscriptions** par mail avant le 28 Février 2026 : formation@lesdeuxchemin.fr.

Indiquez si vous souhaitez l'hébergement et le nombre de nuitées.

Précisez également si vous avez besoin ou offrez du covoiturage ou d'être cherché à la gare (Aix-les-Bains ou Chambéry).

Formation Eurythmie Musicale
Amateurs Avancés
Mars 2026

Horaires

Vendredi 6 Mars :

17h15 – 17h45 : Accueil

17h45 – 19h00 : Eurythmie musicale

Repas

20h00 – 21h15 : Eurythmie musicale

Samedi 7 Mars :

09h00 – 10h30 : Eurythmie musicale

11h00 – 12h30 : Eurythmie musicale

Repas

14h30 – 15h30 : Atelier d'observation de
la nature avec ML

15h30 – 17h00 : Eurythmie musicale

17h30 – 18h45 : Conférence avec
Michel Laloux

Dimanche 8 Mars

09h00 – 10h30 : Eurythmie musicale

11h00 – 12h30 : Eurythmie musicale

12h30 – 13h00 : Bilan et perspective

Repas
