

Méthodologie Arc-en-flex®
Bénédicte CAZALS

Formatrice : Carole GOUNELLE

LIVRET D'ACCUEIL

Session Gard

Centre d'Éducation Conductive du Gard
34 route de Nîmes
30870 CLARENSAC



ÉLÉMENTS PRATIQUES DE LA FORMATION

LIEU DU STAGE

**Centre d'Éducation Conductive du Gard
34 route de Nîmes
30870 CLARENSAC**



ACCESSIBILITE AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Si vous présentez un handicap spécifique pour accéder au lieu, merci de nous contacter au plus vite pour adapter votre venue.

Lors de nos premiers contacts, nous vous proposerons un entretien afin de prendre en compte les spécificités de votre handicap et de déterminer les éventuels aménagements ou dispositions à mettre en place.

Le référent handicap est Mme CAZALS Bénédicte disponible au +33 6 66 01 85 66 et sur formationarcenflex@gmail.com

PARKING : en face du bâtiment

25 route de Nîmes, 30870 Clarensac

(parking commun gendarmerie, centre aéré et crèche).

ACCÈS À PIED : 34 route de Nîmes, 30870 Clarensac

Batiment de gauche à côté du CCAS

BUS : ligne trambus T5 depuis la gare de Nîmes vers Clarensac - arrêt terminus le florentin puis 5 min à pied via route de Langlade (direction le super U)

HORAIRES DE COURS

- J1 : **8H30** – 18h30
- J2 : **9h** - 18h30
- J3 : **9h** - 18h30
- J4: **9h** – **16H30**

ORGANISATION DES PAUSES

Une pause de 15 minutes le matin à 11H00 et ainsi qu'une autre l'après midi à 16H00 sont prévues où boissons chaudes & petites choses à grignoter vous attendront.

Le midi, je prévois 1h 00 max de temps pour déjeuner.

La pause se situe de 13h à 14h.

Chaque jour nous pouvons déjeuner sur place ensemble :

- des frigos et micro-ondes sont mis à votre disposition pour emmener vos paniers repas

MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE :

Matériel fourni :

- 2 gros livres de cours en couleurs, détaillés et complets (compris dans le prix de la formation).

Matériel prêté sur place :

- Chaises, ballons de gym et zaffus
- Tapis de sol
- Table de massage



Bénédicte CAZALS - Responsable formation Arc-en-flex®

11 mail Henry de Villemorin - 91300 MASSY (France) +33 6 66 01 85 66 - formationarcenflex@gmail.com

SIRET 507 387 942 00026 - APE 8690E - N° ADELI 91 00 0030 6

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11910862491 auprès du préfet de la région Ile-de-France

www.arc-en-flex.fr

Livret d'accueil – Centre Éducation

- Coussins sensoriels

Matériel à prévoir :

- 1 stylo pour prendre des notes
- 1 foulard pour les bercements
- Tenues souples et chaussettes chaudes pour être à l'aise dans les temps de pratique
- Votre gourde d'eau pour vous hydrater régulièrement

LOGEMENTS :

<https://www.airbnb.fr/clarensac-france/stays>

https://www.booking.com/searchresults.fr.html?aid=301664&label=clarensac-9ieiKiPQJh0YAPxa2KwxygS294470526124%3Apl%3Aata%3Ap12%3Ap2%3Aac%3Aap%3Aneg%3Afi%3Atikwd-58792679114%3Alp9055219%3Ali%3Adec%3Adm%3Appccp%3DUMFuZG9tSVYkc2Rllyh9YSNxgVPQV17AMnn1KDvPMRs&gclid=CjwKCAjw6P3GBhBVEiwAJPjmLtkJtK7Cc3oYtjmQvo3UBAb-4FjileLhdbLJAaR-bYkqXaw0 tWKgBoCUaoQAvD BwE&dest_type=city&redirected=1&dest_id=-1420600&source=city&redirected_from_city=1&keep_landing=1&sid=079089d7b52fb848bc34562754fdc681

Clarensac (sur place / immédiat)

Chambres d'hôtes « Couette et Café » (chez Cathy & Yves) – très bien noté, piscine, jardin, petit déjeuner inclus.

Gîtes et villas privées – 2 à 10 personnes, souvent avec piscine (Gîtes-de-France, Abritel). Maisons de vacances / studios – indépendants, pour 2 à 6 personnes, climatisés, équipés.

Caveirac (≈ 3-5 km) accessible via voiture ou bus

Villa ou gîte « La Felicità » – grande capacité, piscine.

Petits gîtes et appartements – 2 à 8 personnes (annonces locales).

Langlade (≈ 4 km) accessible via voiture ou bus

Chambres d'hôtes « La Demeure d'Hélise » – chambres calmes, piscine, bon rapport qualité/prix.

Villevieille / Saint-Dionisy / Parignargues / Uchaud (≈ 5-10 km) accessible via voiture

Villa avec piscine (Villevieille) – 3 chambres, idéale pour groupes.

Studios équipés (Parignargues) – pratiques pour 1-2 personnes.

Chambres & gîtes ruraux (Saint-Dionisy) – maisons de campagne avec piscine/jardin. Villa Vicha / L'Esperluette (Uchaud) – chambres d'hôtes et petites structures hôtelières.

Option économique / collective (Nîmes, un peu plus loin) accessible via voiture ou bus

Auberge de jeunesse HI Nîmes – La Cigale – dortoirs ou chambres, tarifs abordables, cuisine partagée.



Bénédicte CAZALS - Responsable formation Arc-en-flex®

11 mail Henry de Villemorin - 91300 MASSY (France) +33 6 66 01 85 66 - formationarcenflex@gmail.com

SIRET 507 387 942 00026 - APE 8690E - N° ADELI 91 00 0030 6

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11910862491 auprès du préfet de la région Ile-de-France

www.arc-en-flex.fr

FORMATRICE

VOTRE FORMATRICE

Carole GOUNELLE

- Ostéopathe D.O.
- Formatrice de la méthodologie Arc-en-flex® sur les réflexes archaïques

INFO PRATIQUE

Vous êtes invité à enregistrer le téléphone portable de votre formatrice afin de la joindre pour toute question ou la prévenir en cas de retard.

Je vous invite à prendre de l'énergie avant le stage et manger léger pour être encore plus disponible pour ces 4 jours riches en pratique et informations.

Carole GOUNELLE 06 68 24 57 45 et
formationarcenflex@gmail.com



Bénédicte CAZALS - Responsable formation Arc-en-flex®

11 mail Henry de Vilmorin - 91300 MASSY (France) +33 6 66 01 85 66 - formationarcenflex@gmail.com

SIRET 507 387 942 00026 - APE 8690E - N° ADELI 91 00 0030 6

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11910862491 auprès du préfet de la région Ile-de-France

www.arc-en-flex.fr

Livret d'accueil – Module rouge Arc-en-flex®



Bénédicte CAZALS - Responsable formation Arc-en-flex®
11 mail Henry de Vilmorin - 91300 MASSY (France) +33 6 66 01 85 66 - formationarcenflex@gmail.com
SIRET 507 387 942 00026 - APE 8690E - N° ADELI 91 00 0030 6
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11910862491 auprès du préfet de la région Ile-de-France

www.arc-en-flex.fr