

**Méthodologie Arc-en-flex®**  
**Bénédicte CAZALS**

**Formatrice : Cyndie BUCHET**

**LIVRET D'ACCUEIL**

**Session HAUTE-SAVOIE**

**Salle de Motricité  
1 888 Rte du Creux de la Scie  
74270 MENTHONNEX SOUS CLERMONT**



# ÉLÉMENTS PRATIQUES DE LA FORMATION

## LIEU DU STAGE

**Salle de motricité  
1 888 rte du Creux de la Scie  
74270 Menthonnex sous Clermont**



## 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](mailto:formationarcenflex@gmail.com)**

## PARKING

Une 20ne de places disponibles devant la salle, dont 1 Handicapé.

## ACCÈS À PIED

La salle se situe juste à côté de la Mairie, et est attenante à l'école maternelle/primaire.

## BUS :

Pas de service de transports en commun

## 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 :**

- Prévoyez votre Pique-nique



Bénédicte CAZALS – Responsable formation Arc-en-flex®

11 mail Henry de Vilmorin – 91300 MASSY (France) +33 6 66 01 85 66 – [formationarcenflex@gmail.com](mailto: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](http://www.arc-en-flex.fr)

## MATÉRIEL PÉDAGOGIQUE :

### Matériel prêté sur place :

- Chaises,
- Ballons de Pilate
- Tapis de sol
- Coussins sensoriels
- Echarpes de portage
- Poupons

### 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

### De nombreux hébergements aux alentours

#### Camping des Charmilles <https://www.camping-hautesavoie.fr>

Emplacements, Location de mobile home, Restaurant sur place, Piscine  
Route du Barrage – 74 150 Vallières  
Camping familial

#### Gite Rural La Blangelée

Blangelée, 130 Route de France – 74 270 Menthonnex sous Clermont 04 50 69 60 63

#### Gites de France [www.gites-de-france-haute-savoie.com](http://www.gites-de-france-haute-savoie.com)

- Chambre d'hôte Plaisir d'une Pause – 74 150 Crempigny - Bonnenuête
- Gite Au vieux Buis (5 personnes) – 74 150 Crempigny - Bonnenuête
- Gite Belle Fontaine (6 personnes) – 74 150 Crempigny – Bonnenuête
- Studio (3/4 personnes) – 74 150 Versonnex
- Gite « La Rose » (1/2 personnes) – 74 150 Versonnex
- Gite « Les Hirondelles » (2/4 personnes) – 74 150 Versonnex
- Gite des Rosets (2/3 personnes) – 74 150 Vallières sur fier

Plus loin & très sympa en famille : Le Village des oiseaux - Espace Sport Et Nature Du Fier, Rte de l'Ila, 73310 Motz - 04 79 75 75 20



Bénédicte CAZALS – Responsable formation Arc-en-flex®

11 mail Henry de Vilmorin – 91300 MASSY (France) +33 6 66 01 85 66 – [formationarcenflex@gmail.com](mailto: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](http://www.arc-en-flex.fr)

# FORMATRICE

## VOTRE FORMATRICE

### Cyndie BUCHET

- Neuro-Musicothérapeute & Formatrice Arc-en-flex Module Turquoise & Formatrice de l'Association Française de Chant Prénatal

## 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.

**Cyndie BUCHET 06 71 23 37 89 et**  
**[contact@toutempsmusiques.com](mailto:contact@toutempsmusiques.com)**

