



*L'harmonie n'est pas dans
l'arrêt et la fixité,*

*mais dans le mouvement et le
changement ...*

Formation BRAIN GYM 1 & 2

Stage certifié Brain Gym France et BG International® - BG101



Ce stage présente les 26 mouvements de base du Brain Gym, pour une utilisation pratique et facile de cette approche.

Il apportera une compréhension de ce qui parfois peut nous freiner dans nos apprentissages (qu'il soit scolaire ou nos apprentissages de la Vie) et nos projets. Il repose sur l'observation de nos sensations physiques, nos émotions et nos pensées pour ainsi changer notre façon d'agir et interagir avec nous-même et le monde extérieur.

Nous apprendrons également à initier des objectifs positifs et motivants et les mettre en place plus facilement grâce au mouvement.

Durée : Stage de 4 jours (32 heures)

Crédit Brain Gym certification : 24 heures

Objectifs : A l'issue du stage, le stagiaire sera capable de :

- Présenter les 26 mouvements de base du Brain Gym et leurs effets.
- Réaliser l'ECAP
- Expliquer les 3 dimensions du corps (latéralité, centrage, focalisation).
- Conduire des équilibres ciblés : vision, écoute, motricité fine, communication, compréhension, organisation.
- Distinguer et appliquer les 2 types de remodelages.
- Enchaîner un équilibre général complet en autonomie.

Evaluation : Pratique encadrée, QCM

Matériels Fournis : Supports et documents fournis + attestations

Prérequis : Aucun

Stage ouvert à tous : parents, particuliers, enseignants, professionnels l'enfance, animateurs, éducateurs, orthophonistes, professeur yoga, de théâtre, expression orale et scénique ... Et tous ceux qui souhaitent explorer le mouvement dans leur corps

Compétences :

- Exécuter les tests d'évaluation des selon les protocoles validés.
- Appliquer les protocoles d'intégration des réflexes
- Proposer et guider la réalisation des mouvements

Moyens Pédagogiques mis à disposition :

Présentations théoriques, jeux, séquence d'observation, mises en pratiques ludiques, pratiques des mouvements, espace et temps de partage en groupe ou à 2

« Ce stage nous offre la possibilité d'être autonome face aux changements que nous vivons au quotidien, en apprenant une approche ludique et qui favorise son écoute interne et nous donne des clés concrètes au travers des mouvements pour avancer et évoluer dans notre vie »

Programme BG1–2 jours

Découvrir les 26 mouvements de base du Brain Gym, leur fonctionnement et leurs actions sur nous.

Les utiliser pour soi au quotidien et/ou les proposer aux enfants, en groupe, seul, en famille...

- Mettre le cap sur l'apprentissage ?
- Les trois dimensions du corps
- Equilibrage de la vision (yeux, lecture), de l'écoute (langage, mémorisation), des aptitudes motrices fines (écriture, dessin,...)
- Les 26 mouvements et leurs fonctions
- Equilibrage pour être positif (stress et apprentissage)
- Le remodelage de latéralité de Dennison (RLD)

Programme BG2–2 jours

Utiliser les mouvements de Brain Gym au sein d'équilibrages, pour d'améliorer la communication, la compréhension, l'organisation et l'apprentissage en général.

- Les 5 étapes d'un équilibrage + L'objectif d'une séance
- Equilibrage pour la communication (latéralité), pour la compréhension (focalisation / concentration), pour l'organisation (centrage)
- Remodelage des trois dimensions
- Equilibrage « coup de vent » (rapide au quotidien)
- Equilibrage X-pansion (complet dans les 3 dimensions)



Julie Dondon

Kinésologue certifiée, fédéral et international (Accompagnatrice Brain Gym® et Touch For Health®), consultante certifiée en réflexes archaïques et techniques énergétiques
Exerce en Cabinet. Conférencière et animatrice d'atelier Bien-être
Formatrice professionnelle, certifiée et créatrice de stage
Au plaisir de vous faire partager ma bonne humeur...



Brain Gym® est une marque déposée par Educational Kinesiology Foundation (135 Meigs Rd, #A338, Santa Barbara CA93109—USA) - www.braingym.org

Modalités de formation

Lieu du stage : 91 - Boussy saint Antoine ou 77—Lieu saint selon le nombre de participants

Date du stage : voir calendrier annuel (9h-18h) + possibilité d'organiser des sessions à la demande pour 4 personnes minimum selon le format et le lieu souhaité

Tarif : 480€ le stage (120€/jours) Manuel inclus.

-50% sur répétition du stage

Pour les pro avec prise en charge: 580€ le stage (145€ /jour)

Inscription : En ligne sur www.serenivie.com avec arrhes