



## Les rencontres de Mouvement Authentique

Comme le printemps apporte le renouveau, je vous propose de commencer **un nouveau cycle de rencontres** au mois d'avril.

La première rencontre aura lieu le **jeudi 13 avril 2023, 9h - 11h**  
les rencontres suivantes auront lieu toujours le deuxième jeudi du mois, 9h-11h  
(pause estivale le 13 juillet 2023)

**Dates 2023 : 13/04, 11/05, 8/06, 10/08, 14/09, 12/10, 9/11, 14/12**

prix de participation à la séance, 20 euros  
(me contacter, svp, si le prix est un obstacle)

avec Jutta King,  
en formation de la discipline du Mouvement Authentique avec Mandoline Whittlesey depuis 2021 -  
praticienne certifiée de Body-Mind Centering et de pratique cranio-sacrée biodynamique, artiste passionnée par le  
mouvement

ressources :

[https://en.wikipedia.org/wiki/Authentic\\_Movement](https://en.wikipedia.org/wiki/Authentic_Movement)  
[https://fr.wikipedia.org/wiki/Mouvement\\_authentique](https://fr.wikipedia.org/wiki/Mouvement_authentique)  
<https://mandolinewhittlesey.com/mouvement-authentique/>



« La découverte puis l'approfondissement de la discipline du Mouvement Authentique m'ont motivés à proposer un espace régulier pour cette pratique.

Le mouvement porte notre santé, notre vitalité, notre instinctivité, mais aussi notre complexité, sens de communauté et de partage.

Cette pratique, de part la simplicité radicale de sa forme, permet d'explorer ce que l'instant présent contient, pour soi en tant qu'individu, en partage avec les autres. Une saveur d'infinites richesses, subtilités, se déploie. En filigrane, la façon dont nous vivons et témoignons d'une expérience, enrichira notre vécu. Une pratique à découvrir ! »

**Ne nécessite aucun prérequis de connaissance ou de pratique de mouvement,  
ouvert à tous**

**Ateliers bilingues** français/anglais selon participants - 2 à 6 personnes

*Contact - Infos : [juttaking@yahoo.com](mailto:juttaking@yahoo.com) tel +33 6 52 82 08 47*

*[www.pratique-cranio-sacree-biodynamique.com](http://www.pratique-cranio-sacree-biodynamique.com)*

*Adresse/address : Les Barbégiers - 04210 Valensole 43° 51'13.5"N 6° 00'17.9"E*



## Authentic Movement Meetings

As spring brings renewal, I propose to start **a new cycle of workshops** in April.

The first workshop will take place on  
**Thursday, April 13th 2023, 9 am-11 am**

the following sessions will always take place on the second Thursday of each month, 9 am - 11 am  
(summer break on July 13, 2023)

**Dates 2023 : 13/04, 11/05, 8/06, 10/08, 14/09, 12/10, 9/11, 14/12**

participation fee 20 euros per session  
(contact me, please, if price is an obstacle)

with Jutta King,

studying the discipline of Authentic Movement with Mandoline Whittlesey since 2021 - certified practitioner of Body-Mind Centering and biodynamic cranio-sacral therapy, artist with a longterm dedication to movement.

*ressources :*

[https://en.wikipedia.org/wiki/Authentic\\_Movement](https://en.wikipedia.org/wiki/Authentic_Movement)

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Mouvement\\_authentique](https://fr.wikipedia.org/wiki/Mouvement_authentique)

<https://mandolinewhittlesey.com/mouvement-authentique/>



“The discovery and then the deeper study of the discipline of Authentic Movement motivated me to propose a regular space for this practice.

Movement carries our health, our vitality, our instinctivity, but also our complexity, sense of community and sharing.

This practice, due to the radical simplicity of its form, makes it possible to explore what the present moment contains, for the individual, in sharing with others. A flavor of infinite richness, subtleties, unfolds. Implicitly, the way we bear witness to and live a momentary situation will enrich our experience. A practice to discover!”

**No prior knowledge or practice of movement required, open to all.**

**Bilingual English/French workshops according to participants - 2 to 6 participants**

*Contact - Infos : [juttaking@yahoo.com](mailto:juttaking@yahoo.com) tel +33 6 52 82 08 47*

*[www.pratique-cranio-sacree-biodynamique.com](http://www.pratique-cranio-sacree-biodynamique.com)*

*Adresse/address : Les Barbégiers - 04210 Valensole 43° 51' 13.5"N 6° 00' 17.9"E*