

CONFERENCE EXCEPTIONNELLE PAR STEPHANE TOURREAU

Vendredi 12 avril 2019 à 18h30



Stéphane TOURREAU est né à Thonon-les-Bains et habite toujours en Haute-Savoie. Il est aussi et surtout un des meilleurs apnéistes du monde, membre de l'équipe de France. Au prix d'un travail quotidien acharné, il est devenu au fil des années un athlète de très haut niveau reconnu par ses pairs, et sa dernière performance à 113 m de profondeur en poids constant a marqué tous les esprits.

Résumé de la **conférence** : L'apnée est sans doute la discipline sportive la plus complète sur le plan mental, physique, technique, environnemental et spirituel. Elle permet de vivre des sensations uniques et introspectives dans un environnement aussi beau que puissant. Cette conférence sera l'occasion de découvrir cette discipline mais surtout tout ce qui l'entoure et tout ce qu'elle apporte en termes de valeurs : la passion, le partage, la découverte de soi et des autres, l'énergie et les éléments qui nous composent, l'harmonie universelle. L'eau des montagnes étant l'élément dans lequel Stéphane vit et s'entraîne, il évoquera les liens particuliers qu'il entretient avec elle, tout à la fois source d'énergie puissante et symbole de connexion, force vitale et ressource unique devant être aimée et protégée.

Cette conférence a été proposée et sera animée par Stéphane JACQUET, plongeur et chercheur, ami du champion, en association avec l'accueil et les services du pôle culturel de la Visitation

Lieu : **Amphithéâtre, médiathèque, Thonon-les-Bains**

Entrée libre