

# MOBILITES CENTRAGE & PÉRINÉE

CONGRÈS  
14 & 15  
novembre 2025



**Pr René Frydman**  
Président d'Honneur

Participation du chirurgien spécialiste international des fascias  
**Dr Jean-Claude Guimberteau**

Espace Saint Martin 199 bis rue Saint-Martin 75003 Paris

En PRÉSENTIEL ou DISTANCIEL - Organisation et inscription sur: [degasquet.com](http://degasquet.com)

Après le succès du congrès « Respirations » en 2024,  
vous avez été nombreux à réclamer une suite... La voici !

En 2025, cap sur les mobilités : musculo-articulaires, intérieures, mentales, sociétales... Un thème aussi vaste qu'essentiel.

De la première course des spermatozoïdes jusqu'au mouvement conscient, la mobilité est au cœur de la vie. Elle implique aussi le repos, le centrage, l'adaptation. Cette année, le programme vous fera voyager de la maternité au sport de haut niveau, du développement psychomoteur à la récupération post-traumatique.

Nous parlerons accouchement, procréation assistée (avec le Pr René Frydman), neurosciences, gainage, respiration, périnée, hyperlaxité, mais aussi handisport, douleur chronique, et mobilité... sans bouger !

Nous aurons l'honneur d'accueillir comme invité d'honneur le Dr Jean-Claude Guimberteau, grand spécialiste des fascias, qui nous fera découvrir ce monde fascinant du mouvement intérieur et de la tenségrité.

Enfin, des approches plus subtiles seront également explorées, comme la méditation souffie des derviches tourneurs, animée par Driss Benzouine, et d'autres techniques où le corps devient immobile... mais reste intensément vivant.

Des intervenants inspirants, des ateliers pratiques, des animations originales : vivez pleinement le mouvement sous toutes ses formes.

**Rendez-vous les 14 et 15 novembre à Paris, ou en distanciel, pour un congrès riche en énergie, en réflexion... et en surprises !**





# CONGRÈS MOBILITÉS CENTRAGE & PÉRINÉE

Vendredi 14 novembre 2025

## PROGRAMME MOBILITÉS

12h30 **Accueil des congressistes**  
13h00 **Ouverture du congrès par le Dr Bernadette De Gasquet.**

### NAITRE: DU BÉBÉ ÉPROUVENTE À LA SOCIÉTÉ INCLUSIVE.

13h15 **La r-évolution de la parentalité.** Pr René Frydman - Accoucheur d'une société nouvelle et plurielle.

13h45 **Mobilités pendant la grossesse: Un temps majeur de changements et d'adaptation.** Intervenant à confirmer

14h15 **La mobilité foetale: faut-il faire «tourner les bébés»?**  
**Naissance et mouvement: vidéos biomécanique maternofoetale.**  
Aude Derrier-Sanlaville Sage-femme - Enseignante Université Lyon1 et Patrice Thiriet

14h45 **Transgenre : un corps à éduquer – Comprendre, adapter, accompagner.** Estelle Cernaix - Kinésithérapeute - Spécialiste rééducation périnéale.

15h15 **Mobilité aidée - DPA Med.** Mr Bensoussan

15h45 **VISITE DES STANDS**

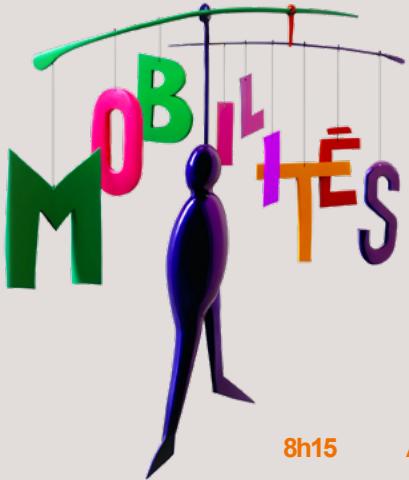
### GRANDIR : VERS LA VERTICALITÉ

16h30 **Croissance et motricité: une approche psychomotrice.**  
Anne Dumont - Psychomotricienne - Lyon.

17h00 **Les Réflexes Archaiques, de l'équilibre à la mobilité.**  
Adrien Chartier - Posturologue, Reprogrammation Neuro Posturale

17h30 **Promenades sous la peau à la recherche de nos architectures d'intérieur.** le Dr. JC Guimbertea - Chirurgien. Explorateur Endoscopique des tissus vivants.

19h00 **FIN DE JOURNÉE**



# CONGRÈS MOBILITÉS CENTRAGE & PÉRINÉE

DE GASQUET  
INSTITUT

Samedi 15 novembre 2025

## PROGRAMME MOBILITÉS

8h15 Accueil des congressistes

### BOUGER LA VIE : SPORT ET MOBILITÉ

8h45 **Les trainings cardio: Rythmes de l'unité cœur-diaphragme-périnée.** Dr Christian Roche - *Médecin et chercheur*

9h15 **La course : équilibre et bipédie.** Flavio Bonnet - *Masseur Kinésithérapeute - Agence EBP*

9h45 **Mobilité en conditions extrêmes: L'impesanteur.** Dr Guy Letellier - *pédiatre, médecin de rééducation et candidat astronaute*

10h15 **Double mobilité: les sports portés - le vélo et le périnée.** Dr Bruno Roche - *Chirurgien, proctologue*

10h45 **PAUSE ET VISITE DES STANDS**

11h15 **Le patinage artistique: défi vestibulaire.** Océane Piegad, *médaille d'argent, championnat de France 2024.*

11h45 **Quand ça bouge trop: l'hyperlaxité et la maladie d'Ehler Danlos.** Cecile Cantilzoglou - *Patiante partenaire association du SED'in FRANCE et l'union Francophone des Patients Partenaires-UFPP*

12h15 **Heep Pop et sa méthode OH2VIE.** Thiebault Muller - *Professeur d'EPS et danseur.*

12h30 **PAUSE DÉJEUNER (LIBRE / NON INCLUS)**

### QUAND CA NE BOUGE PLUS OU MAL

14h15 **Sport de haut niveau: Coordination, mobilité, performance, blessures.** Jean Senges - *Consultant en entraînement sportif Anciennement chef projet réathlétisation INSEP.*

14h45 **Mobiliser le corps face à la douleur: apport d'interventions corporelles expressives chez l'adolescent douloureux chronique.** Maud Frot - *Chercheure INSERM en Neurosciences*



# CONGRÈS MOBILITÉS CENTRAGE & PÉRINÉE

Samedi 15 novembre 2025 - Suite

## RENAÎTRE: HANDISPORT - NOUVELLE VIE - NOUVELLE MOBILITÉ

**15h15** **Nouveaux appuis, renaissance , sport et résilience.**  
Aurore Bailleul - *Éducatrice sportive amputée.*

**15H45** **PAUSE ET VISITE DES STANDS**

**16H15** **De la reconstruction à la renaissance. Rôle du périnée dans la mobilité intérieure.** Carole Govin - *Survivante à une rup-ture d'anévrisme, en situation de handicap.*

**16H45** **Les pouvoirs extraordinaires du corps humain. L'escalade, un symbole de dépassement.** Aristote Liontos - *Entraîneur National de l'Équipe de France Para-escalade.*

**17H15** **Méditation et mouvement: le soufisme et les girations ( Derviches tourneurs ).** Driss Benzouine - *Professeur de yoga.*

**18H15** **FIN DE JOURNÉE**

**Des courtes animations viendront vous détendre entre les présentations.**

La ventouse Odon Device sera présentée par Le pr Nicolas Mottet,  
Chef de service de la maternité de Besançon.

**INSCRIPTIONS AU CONGRÈS**  
Scannez le QR Code



**NOS  
ATELIERS**

DE GASQUET®  
INSTITUT



# CONGRÈS MOBILITÉS CENTRAGE & PÉRINÉE

## LES ATELIERS SUR INSCRIPTION (15€)

### ATELIERS 1 & 2

#### 1 / KURMA YOGA, LE YOGA DE LA TORTUE.

**Descriptif:** Le kurma yoga se veut le yoga originel, tous les yogas pratiqués en sont issus. Le kurma yoga permet de mieux comprendre sa propre pratique et de la rendre plus puissante, évidente, précise et efficace.

**Intervenant:** Mathieu se contente d'un prénom, après des études d'ethnologie dans le domaine indien, il parcourt l'Inde ponctuellement depuis 1972, il y découvre des formes de yoga particulières comme le kurma yoga et le yoga nidra. Fondateur en 1984 de la Maison du Yoga à Paris, rédacteur en chef de la revue InfosYoga de 2001 à 2022, il a eu, comme Bernadette de Gasquet, le privilège de recevoir l'enseignement de Jacques Thiébault. Il est l'auteur de « La béatitude de la tortue », « Dormir pour s'éveiller », « Kurma yoga » et « Un Barbare en Yoga ».

**Samedi 15 novembre 2025 en présentiel : 08h30 – 09h45**

#### 2 / APPROCHE POSTURO-RESPIRATOIRE DE LA MOBILITÉ ET APPLICATION DANS LE YOGA

**Descriptif:** Cet atelier abordera la définition de la mobilité et explorera les différentes techniques permettant de l'influencer, telles que la respiration, les exercices de stretching et de renforcement musculaire, ainsi que les mobili-sations. Une pratique spécifique sera ensuite proposée, axée sur la mobilité de la hanche et des épaules.

**Intervenant:** Sandro Zatta - Formateur certifié de la méthode De Gasquet, il met un point d'honneur à transmettre une approche posturo-respiratoire respectueuse du corps et de ses mécanismes profonds. Professeur de Yoga et praticien Original Strength, il combine fluidité, mobilité et réintégration des mouvements fondamentaux pour restaurer les capacités naturelles du corps.

**Vendredi 14 nov 2025 en distanciel de 10h - 11h  
ou Samedi 15 nov 2025 en présentiel : 10h - 11h**



# CONGRÈS MOBILITÉS CENTRAGE & PÉRINÉE

## LES ATELIERS SUR INSCRIPTION (15€)

DE GASQUET  
INSTITUT

### ATELIERS 3 & 4

#### 3 / EQUILIBRE ET MOBILITÉ

**Descriptif:** Cet atelier est un ensemble d'exercices variés, ludiques, avec des situations adaptées, progressives avec l'aide de petits matériels. Il vous aidera à prendre conscience de l'importance de l'équilibre dans la prévention des chutes, comme dans la phase de réathlétisation des sportifs blessés. L'équilibre est une compétence qui se perd si elle n'est pas entraînée.

**Intervenant:** Pascal Floyrac - préparateur physique, formateur, enseignant yoga de Gasquet et Auteur.

Samedi 15 novembre 2025 : 11h15 – 12h15

#### 4 / ANIMAL FLOW

**Descriptif:** Explorer un système de mouvement au sol basé uniquement sur le poids du corps. Inspiré du yoga, de la danse, de la gymnastique et du mouvement animal, l'Animal Flow vous invite à bouger à quatre pattes, à développer votre force, votre mobilité, votre coordination... tout en vous reconnectant à votre instinct et à votre corps, de façon ludique et naturelle.

**Intervenant:** Edo est praticien certifié en Animal Flow, Pilates, Yoga et en méthode de Gasquet. Passionné par le mouvement fonctionnel, il propose une approche fluide, ludique et accessible du travail au sol. À travers l'Animal Flow, il invite les participants à se reconnecter à leur corps, à développer leur force, leur mobilité et leur conscience corporelle dans le plaisir du mouvement naturel.

Samedi 15 novembre 2025 : 14h – 15h

#### INSCRIPTIONS AUX ATELIERS

Scannez le QR Code



INFORMATIONS  
PRATIQUES



**CONGRÈS  
MOBILITÉS  
CENTRAGE & PÉRINÉE**

**INFORMATIONS PRATIQUES**

DE GASQUET<sup>®</sup>  
INSTITUT

**TARIFS**

**Inscription individuelle : inscription avant le 01/09/2025**

En présentiel (+ replay disponible 6 mois) : **275€**

En distanciel (+ replay disponible 6 mois) : **175€**

**Inscription après le 01/09/2025**

En présentiel (+ replay disponible 6 mois) : **320€**

En distanciel (+ replay disponible 6 mois) : **195€**

**Employeur :**

Demande de convention et dossier de formation possible :

Présentiel **320€** ou distanciel **195€**

**Tarif étudiant :**

présentiel ou distanciel **100€** les 2 jours

(dans la limite de 20 places en présentiel)

**Tarif par atelier : 15€**

**INFORMATIONS  
PRATIQUES  
SUITE**



# CONGRÈS MOBILITÉS CENTRAGE & PÉRINÉE

## INFORMATIONS PRATIQUES

DE GASQUET  
INSTITUT

### ACCÉS

**Situé en plein cœur de Paris, l'Espace Saint-Martin est facilement accessible en transports en commun :**



**Adresse: Espace Saint-Martin 199 bis Rue Saint-Martin, 75003 Paris**

**Métro:** Rambuteau (ligne 11) – 3 min à pied

Châtelet-les-Halles (RER A,B,D+lignes 1.4.7.11.14) 7 min à pied

Arts et Métiers (lignes 3 et 11) 5 min à pied

**Bus:** Lignes 29, 38, 47, 75

**Parking:** Indigo Centre Pompidou (accès rue Beaubourg)

**En plus du congrès, l'Espace Saint-Martin vous place à deux pas de nombreux lieux emblématiques:** Le Centre Pompidou, Le Marais, Les Halles, Notre-Dame, Les quais de Seine.

**Profitez de votre venue pour découvrir ou redécouvrir Paris !**

### PARTICIPATION EN DISTANCIEL

Si vous avez choisi l'inscription en distanciel, un lien de connexion personnel vous sera envoyé la veille de l'événement par email. La retransmission sera assurée par une équipe technique professionnelle, pour vous garantir: une qualité sonore optimale, une diffusion fluide et en direct des interventions, et une expérience en ligne immersive, fidèle à l'ambiance du congrès. Vous pourrez ainsi suivre l'ensemble du programme, où que vous soyez, dans des conditions de confort et de clarté équivalentes au présentiel.