



## **Le sentier des contemplations**

### **Brief créatif**

En premier lieu, je vous demanderai de bien vouloir observer la plus grande discrétion à la suite des éléments révélés dans ce document.

### **Le contexte**

La commune de Courchevel va créer un sentier thématique nommé « Sentier des contemplations » entre le Lac du Praz, les bassins et la clairière de Mateigena.

Ce parcours invitera les promeneurs à découvrir les pratiques liées au bien-être (pleine conscience, yoga, marche afghane, marche méditative, etc.) dans une approche sensible et immersive. Les exercices proposés sont inspirés de différentes méthodes contemplatives ancestrales pratiquées à travers le monde.

*Sentir plutôt que penser  
Pour un ressourcement essentiel.*

### **Ressourcement et contemplation dans la Nature**

Surplombant le village du Praz, le sentier des contemplations est situé dans la forêt de Mateigena. Le site est parsemé de plans d'eau et de clairières découvrant à l'horizon le paysage grandiose des sommets de la Tarentaise.

Paisible et accueillant, le sentier est propice au ressourcement et à la contemplation. Son parcours guidé, inscrit sur des panneaux ou accessible en audio sur le téléphone, permet de redécouvrir et d'apprécier notre lien sensoriel avec la Nature à travers une cinquantaine d'exercices corporels et contemplatifs inspirés de la méditation et du yoga.

Les exercices méditatifs sont accessibles à tous, dès le printemps jusqu'à l'automne. Le parcours est constitué de cinq étapes et d'une progression sur quatre passages successifs, correspondant à quatre niveaux, pour découvrir ou approfondir les bases de la contemplation.

Dévoilant la magie de l'interdépendance, le sentier nous invite à un ressourcement essentiel et à redécouvrir notre lien fondamental avec le vivant.

Passage secret reliant Nature intérieure et extérieure, c'est un chemin sensoriel, source de bonheur et d'harmonie.

### **La demande**

**Conception et réalisations des illustrations des panneaux d'accompagnement du sentier des contemplations.**

L'illustrateur/trice retenu(e) devra travailler en collaboration avec Dylan Moreau - créateur du sentier des contemplations, Johanne Bastien – graphiste et les équipes municipales.

### **La création des illustrations**

**Trois types d'illustrations :**

- Un personnage/ une silhouette, dont la position est à modifier sur chaque panneau en fonction de la pratique et des postures (yoga dynamique, salutation au soleil, etc.)

- Une scène complète de paysage, dont certains éléments pourront être isolés afin d'illustrer les scènes des postures
- Les structures de pratique et de postures
- La carte du sentier
- La clairière des fleurs

### Nombre total des supports

- Panneaux d'information : 4 → 2 panneaux d'appel + 2 panneaux clairière (recto-verso)
- Panneaux A3 « inspirations dans la montée » : 8
- Panneaux A3 « explications des exercices » : 19
- Lames titre exercice : 18 **pas d'illustration**
- Portes d'entrée chemins : 3 (recto-verso) **pas d'illustration**

Certains supports ne nécessitent pas d'illustration, uniquement de la mise en page de l'identité visuelle.

Le logo et l'identité visuelle du Sentier des contemplations seront réalisés par Johanne Bastien, en collaboration avec l'illustrateur/trice.

Exemple : la silhouette retenue pourra éventuellement être utilisée pour le logo.

Le travail de mise en page des panneaux sera réalisé par notre graphiste interne, en collaboration avec Johanne Bastien et l'illustrateur/trice.

### Le panneau d'appel N°1

Format :

Impression : R/V

Support :

- **La carte du sentier : illustration**
- Le logo/ charte graphique
- Les textes + encadré
- **Quelques éléments de paysage**
- Les logos des partenaires

### Le panneau d'appel N°2

Format :

Impression : R/V

Support :

- Textes + encadrés
- **Quelques éléments de paysage**

### Les panneaux A3 (27)

**Une scène de paysage :** reprenant les éléments structurants et identitaires du paysage de Courchevel et de ses environs.

- Représentation des montagnes du Grand Bec 3403m et la Becca Motta 3043m. d'après photo ou visite de site.
- Forêt d'épicéas
- Rivière, cascade
- Sol : pâturage, alpage, herbe
- Éléments bas, buissons

### La silhouette/ le personnage

- Silhouette non genrée
- Possibilité d'animer facilement la silhouette
- La personne pratiquant le sentier doit comprendre la posture à adopter, sans lire les explications
- Une attention particulière sera portée au design, à l'esthétisme et à la dimension plastique de la silhouette, élément central des panneaux d'accompagnement.
- L'illustrateur/trice devra reproduire toutes les postures des différentes pratiques.
- Les modèles seront fournis.
- Les codes du personnage : une silhouette en vide ou en contour, dans un style simple, épuré.

### Les panneaux avec : Les différentes postures, les structures et les éléments du paysage

- Assise en lotus
- Debout main devant la poitrine
- Allongée
- Chien tête en bas
- Yoga dynamique : 2 postures + 1 structure + 1 élément de paysage
- Yoga suspendu : 2 postures + 1 structure + 1 élément de paysage
- Salutation au soleil : 11 postures
- Contemplation de la terre : 1 posture
- Contemplation de l'eau : posture assise et allongée + 1 structure + 1 élément de paysage
- Contemplation du feu : posture assise et allongée + 1 structure + 1 élément de paysage
- Contemplation du feu : posture assise + 1 structure + 1 élément de paysage
- Contemplation de l'espace : posture assise + 1 structure + 1 élément de paysage
- Marche consciente : posture debout



- Respirations allongées : posture assise + 1 structure + 1 élément de paysage
- Respirations assises : 1 posture + 1 structure + 1 élément de paysage
- Les étirements du Félin : 1 posture + 1 structure + 1 élément de paysage
- Jeux et tests d'attention : posture assise + 1 structure + 1 élément de paysage
- S'immerger dans la nature : posture debout + 1 élément de paysage
- Contemplation attentive : posture assise + 1 structure + 1 élément de paysage
- Contemplation ouverte : posture assise + 1 structure + 1 élément de paysage
- Contemplation d'amour et de contemplation : posture assise + 1 structure + 1 élément de paysage

**Budget prévisionnel** : 5000 euros HT

**Deadline** : livraison des éléments graphique entre le 15 et le 20 mars