

Atelier de Danse Intuitive

A la yourte de Vigoulet en ambiance « candlelight »



Peinture huile sur toile de l'animatrice

« La Danse, c'est l'art de la performance de l'âme » BinBin

Utiliser un langage oublié, ancestrale et universel, mettre en mouvement ce qui est, ici et maintenant, de manière libre et spontanée, sans jugement, c'est retrouver nos danses premières archaïques.

C'est ce que je vous invite à explorer un vendredi par mois en soirée à la yourte juste sous l'éclairage de bougies, ambiance « candlelight », d'une façon très conviviale, détendue et bienveillante.

Pas besoin de « savoir » danser : tout le monde est danseur !

Lâcher le mental et laisser le corps exprimer ce qu'il ressent sur l'énergie de rythmes musicaux différents, c'est juste libérateur et délicieux et **un moment pour soi** sans aucune contrainte !

Chaque séance se termine par quelques minutes de relaxation.

Planning 2023-2024

Les mercredis de 19H30 à 21h00 à la yourte de Vigoulet-Auzil

2023 : 04/10 ; 08/11 ; 06/12

2024 : 10/01 ; 28/02 ; 03/04 ; 29/05

Tarif : 15 euros la séance. Amener tapis de sol, plaid et de l'eau.

Nombre de participants : minimum 7 (pour la dynamique de groupe) et maximum 15 (pour votre bien-être), et dans ce but :

Inscription obligatoire 3 jours avant la date de l'atelier auprès de Fabienne.