

Retour à l'intérieur



Du vendredi 20 novembre à 18h au dimanche 22 novembre à 17h
A Bessay (85), au Centre Tripoura, Le Vieux Salydieu
En résidentiel

Voyage dansé pour prendre soin de soi, ralentir le rythme, savourer la lenteur et honorer le chemin parcouru dans l'année...

S'offrir un espace pour déposer les lourdeurs rencontrées pour préparer le renouveau
Revenir à l'essentiel de ce qui a besoin d'être nourri dans son quotidien, pour laisser circuler la vie et sa liberté d'être...

Nous explorerons l'organique du corps, la diversité des rythmes naturels qui nous traversent, et visiterons l'énergie de l'automne, à travers le mouvement, l'observation de notre ressenti, l'écoute de soi, de l'autre et le respect de ses limites et de ses possibles.

Mixage entre danse des 5 rythmes®, danse sensitive® et autres approches de danse-conscience, danse et nature.

Animé par Véronique Cornuaille, formée en danse d'expression sensitive® et praticienne des 5 rythmes® depuis une dizaine d'années.

Tarif : 140€/personne + de 22€ à 38€/personne/nuit pour l'hébergement (si chambre collective ou individuelle), nourriture en gestion libre (organisation entre nous, me consulter).
Si vous rencontrez des difficultés financières, contactez-moi, nous trouverons une solution juste pour chacun, chacune.

INFOS et INSCRIPTIONS :
06 95 60 70 05 ou contact@aujardindelenvol.fr
www.aujardindelenvol.fr