



Le Pouvoir de la Danse Intégrante

Dans cette thématique des « pouvoirs de transformation de la Biodanza » (7 « outils qui font que la Biodanza est tellement bénéfique) le focus au cœur de cette séance du 18.04.2018 (salle Panorama, rue du Clos 9 à Vevey à 19 h 00) va être sur la capacité de la danse à nous transporter dans cette présence à soi et aux autres.

La danse en Biodanza n'est ni chorégraphie, ni des pas à apprendre (bienvenue donc à ceux qui pensent ne pas « savoir » danser... hihhi) mais un moyen de se mettre en mouvement et d'habiter son geste. Vivre l'instant présent est un moyen organique de récupérer, de lâcher son mental (la liste de course pour le lendemain, la journée passée). Soudain, on EST.

C'est une sorte de méditation, mais en mouvement. Y goûter est une merveille.

Cette soirée est une soirée idéale pour tous ceux qui n'ont jamais encore essayé la Biodanza et toutes les personnes qui souhaitent passer une agréable soirée en mouvement.

Merci de me danser votre doux nom par un SMS au 079/409.07.16
Mélanie