

Coucou à toutes et à tous,

J'ai l'immense Joie de vous annoncer ce stage dans un cadre exceptionnel :

Stage de Biodanza aquatique à Grimisuz (VS, CH) du 24 au 25 juin 2023.

RESIDENTIEL dans un lieu Magnifique : <https://tinika.ch>

Attention : les places sont limitées. Inscription avant le 10 juin (cf plus bas dans le mail)

Le stage commence à 10 h 30 le samedi et se termine le dimanche à 17 h 00.

Accueil dès 10 h 00 si vous n'êtes pas déjà sur place

2 vivencias en salle ou en extérieur le samedi.

2 vivencias dans l'eau le dimanche.

Marc prendra soin de nos papilles en nous concoctant les repas du samedi en fin de journée et du dimanche midi.

Bonus optionnel : une nuit supplémentaire du vendredi au samedi pour bénéficier du lieu qui invite à la contemplation, à la méditation et au repos (nous y serons).

Coût : 230 frs avec les entrées à la piscine , les repas de samedi soir et dimanche midi (et la jouissance de tout le lieu qui est privatisé pour nous)

Le logement est en sus (40 frs en chambre commune, 30 frs sur mezzanine en solo, de 40 à 60 frs dans chambre double ou triple en fonction du nombre par chambre.

La chambre double est à 120 frs en lit commun, la 2ième double ou triple est 50frs/pers en lit double, 40 frs par personne si 3 personnes : ces 4 espaces de repos sont dans un espace de mise en commun).

Merci de nous signaler si vous souhaitez la nuit de vendredi en plus pour Steven qui nous loge.

Matériel indispensable :

-une à 2 tenues de danse pour le samedi

-Un linge pour le logement

-Un ou 2 costumes de bain

-2 linges pour la piscine

-Un peignoir ou un grand drap pour les passages entre le bassin et les WC (par l'extérieur)

-Des claquettes ou tongs (pour maintenir l'eau propre)

-Un chapeau pour le soleil

-Une ou 2 bouteilles d'eau en PLASTIC ou en METAL pour le dimanche (pas de verre en bord de piscine)

-(Si vous avez) Une natte pour vous reposer à l'extérieur si envie

-Votre ou vos petits déjeuner si vous restez une ou 2 nuits

-Un pique-nique pour le samedi midi

Si oubli de linges, Steven en loue des supplémentaires sur place pour 5 frs

Les draps font parti de la location (y compris un linge).

La piscine étant peu traitée pour notre confort, merci d'éviter les lotions et parfums et de se doucher avant d'aller dans l'eau

Inscription par téléphone ou SMS au 079/409.07.16

Au Plaisir de danser ce we avec vous.

Mélanie