

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 16 au 17 mai 2026**



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

*Attention : les places sont limitées. Inscription AVANT LE 13 AVRIL (cf plus bas dans le mail)*

### NOUVELLE FORMULE 3 VIVENCIAS EN EAU DOUCE

La rencontre du groupe est à 11 h 30 le samedi  
Le stage se termine le dimanche à 17 h 00.  
Accueil dès 10 h 00 si vous n'êtes pas déjà sur place  
Pique-nique tiré du sac le samedi midi  
1 grande vivencia en salle ou en extérieur le samedi  
1 vivencias dans l'eau le samedi soir

## **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 tenue de danse bien souple pour le samedi  
-Un linge pour le logement*

*-Un à 3 costumes de bain  
-3 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 les vivencias en eau douce (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 oublié 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 SMS ou whats app au 079/409.07.16

Au Plaisir de danser ce we avec vous.

Mélanie