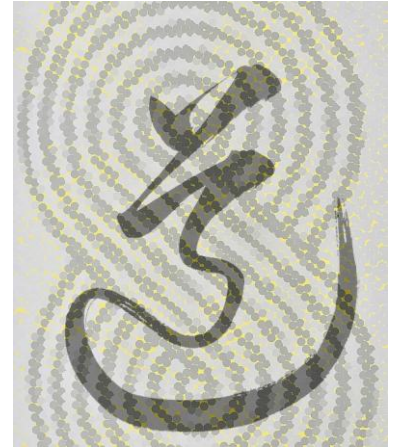


Danse libre de La Présence  
Energie Danse  
Danse du « Tai Ji »

**Le jeudi soir de 17h45 à 19h00 au gymnase de l'école Belle Image élémentaire, rue des deux frères. Pour adultes et à partir de 16 ans.**

Animé par Christian avec Banu et Elodie, en intervenantes ponctuelles (voir présentation des encadrants sur le site de l'association).



*« Lorsque ton corps est tout entier pénétré de conscience, l'esprit se dissout dans le cœur et tu entres dans la réalité ». Vijnabhairava tantra.*



Un atelier axé sur le mouvement libre et spontané. Une heure pour se sentir délivré, laisser circuler son énergie et retrouver "un naturel". Un atelier qui relie méditation, pleine conscience et mouvements d'expressions énergétiques et corporelles. Rien ne s'y oblige, juste l'émerveillement, être en accord avec son corps, en musique et avec des propositions ludiques pour se redonner la joie corporelle. Du temps pour vivre tout le potentiel du moment présent, se laisser être tout simplement.

*« Jamais vous ne forcerez une fleur à s'ouvrir. Laisser son soi être Soi ».*

Ces séances ne demandent aucune performance, accessibles à tous, chacun suivant son envie et son possible. En suite de cet atelier hebdomadaire, il sera possible pour approfondir et explorer davantage avec plusieurs intervenants, de suivre un cycle de demi-journées les samedis. Ces cycles seront présentés sur le site [souffledartmonie.com](http://souffledartmonie.com).

**Tarif annuel 150 €** (possibilité de forfait selon l'inscription à plusieurs ateliers hebdomadaires).

Renseignements : Christian Maillé Tél. 06 83 85 41 12 [Souffledartmonie@yahoo.fr](mailto:Souffledartmonie@yahoo.fr)

