

Danse Libre de La Présence Tai chi Danse Energie



Le jeudi soir de 17h45 à 19h
Gymnase Belle Image, rue des deux frères. A partir de 16 ans.
Animé par Christian, et intervenants ponctuels

S'ouvrir aux libres mouvements de la joie, laisser libre sa vie et son corps. Développer l'intuitif corporel et le cœur. Un atelier de danse énergie créatrice et spontanée qui mêle le tai chi, la méditation active et la danse.



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 ouvre à toutes les expressions positives de son être et à mieux se connaître dans sa réalité énergétique et spirituelle corporelle. Rien n'y est obligé, juste l'émerveillement, être en accord avec son corps. Un accompagnement en musique et avec des propositions créatrices, 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 être son -bien- Être ».

Ces séances ne demandent aucune performance, accessibles à tous, chacun.e suivant son envie et son possible.

Tarif : 170 € / an

Renseignements : Christian Maillé Tél. 06 83 85 41 12 souffledartmonie@yahoo.fr