

#monCorps maMagicZone

Explorations Danse Guérison
Danse libre guidée inspirée par la Movement Medecine

Ateliers #MCMZ / Voiron

Activer le potentiel du corps par la danse

Processus (progressif) de réveil du corps dansant en danse libre guidée

Le corps : 3 centres / 3 mondes

4 ateliers / 4 focus

Dimanche 4 décembre 22

Focus Bassin & Jambes.

Le monde du bas : centre de l'instinctif.
Berceau de la vie, le bassin est notre espace créateur.

Développer confiance & fiabilité en notre instinct.

Accompagner le Corps puissant, sage & imprévisible.

Dimanche 26 février 23

Focus Thorax / Cage thoracique.

Le monde du milieu : centre de l'émotionnel.
Container du cœur, la cage thoracique produit
notre élan naturel vers les autres.

Relationner avec l'espace autour de nous.

Rayonner nos émotions.

Dimanche 12 mars

Focus Tête.

Le monde du haut : centre du mental & de la parole créatrice.

La tête capte & transforme nos impressions.

S'affirmer dans nos vérités, notre être singulier & unique.

Dimanche 30 avril

Focus 3 centres en Harmonie.

Le corps jaillissant dans le printemps : **entrer dans la Magic Zone.**

Réservés à 8 personnes / Sur inscription / 10h à 12h / 25 euros l'atelier¹

¹ Carole Lauffenburger / Explorations dansées / Danse Guérison / #MCMZ ateliers 2022/23