

ENTREZ DANS LA "DANSE LIBRE" !



La Danse Libre est une discipline complète, psychocorporelle et artistique qui vise à l'épanouissement de chaque être. Elle s'adresse à la totalité de « qui je suis » en impliquant le corps mais aussi la psyché : le mental, les émotions et la conscience de soi.

Quand notre être se laisse traverser par la musique, il se met naturellement en mouvement et entre en résonance avec tout ce qui peut paraître harmonieux. Les gestes sont beaux, le corps vibre et la respiration prend une plus grande amplitude. L'énergie de Vie circule alors sans entraves en nous et avec les autres. Elle nous procure détente, bien être. Elle régénère notre potentiel.

Cet atelier est ouvert à tous, quels que soient l'âge, la condition physique et l'expérience de la danse. Il se termine toujours par un temps de relaxation.

Animation: Marie-Odile HOUVER, psychopraticienne formée à l'IFCC de Strasbourg, spécialisée en thérapie psycho corporelle. Marie-Odile pratique la danse depuis 38 années. Après une formation de danse classique au conservatoire elle démarre la danse d'Israël à l'âge de quinze ans et enseigne cette discipline à des enfants et adultes depuis de nombreuses années. Elle découvre la danse libre et sa richesse lors de sa formation de psychopraticienne et l'intègre dans ses ateliers et séminaires.

Lieu: salle polyvalente de Plappeville 26 rue du Général de Gaulle 57050 PLAPPEVILLE

28 FEV /27 MARS/ 17 AVRIL/ 15 MAI/ 12 JUIN de
19h15 à 20H30,

TARIF :10€

RENSEIGNEMENTS : Marie-Odile HOUVER 06738438 72 moevidance@orange.fr