



« LA NATURE » NE NOUS « ENTOURE PAS.
C'EST NOUS QUI FAISONS PARTIE D'ELLE.

NOTRE VIE DÉPEND D'ELLE.

NOUS SOMMES COMME ELLE
ET ELLE EST COMME NOUS :
À LA FOIS TRÈS FORTE
MAIS AUSSI TRÈS FRAGILE.

DANSONS DANS LA NATURE OUI,
MAIS AVEC LA NATURE !
SANS LUI MARCHER SUR LES PIEDS,
SANS ECRASER TOUS LES AUTRES VIVANTS
AU PASSAGE !

RETROUVER DE L'HARMONIE,
RENOUER AVEC ELLE,
C'EST AUSSI PRENDRE SOIN DE NOUS,
VIVANTS, ENSEMBLE !

STAGES DE DANSE EN PLEINE NATURE

DU 26 AU 28 AOÛT 2022
@ BOIS DU SERPENT À PLUMES
Forrières, BELGIQUE





DANSE ET BIEN-ÊTRE EN FORÊT

Terrains accidentés ou en pente, plateaux de mousse, racines des arbres nous apporteront un milieu privilégié pour travailler des notions comme la respiration, l'ancrage, le transfert de poids, l'équilibre et le déséquilibre.

Ces notions, essentielles dans tous les styles de danse, dans toutes les disciplines sportives comme dans la vie quotidienne, font écho à notre rapport au monde...

En s'inspirant des 4 éléments Terre, Eau, Air, Feu, nous découvrirons tous les bienfaits de la danse pour notre corps.

Des techniques tirées de différentes disciplines pour se faire du bien, développer sa conscience corporelle et tisser ainsi de nouveaux liens, avec soi-même d'abord, avec les autres ensuite, avec la nature enfin.

Cette nature qui nous entoure, dont nous faisons partie, dont notre vie dépend, est comme nous : très fragile et très forte et à la fois. Renouer avec elle, c'est renouer avec nous-mêmes.

PAF : 150€ incluant :

- 14h d'atelier sur le WE
- Tous les repas, cuisinés ensemble sur place
- Le logement sous tente (prévoir sa propre tente)

Réductions de 10% pour les adhérents
(Cotisation annuelle à Transe-en-Danse ASBL : 15€)

Co-voiturages possibles depuis Bruxelles

Plus d'infos :

<http://www.transe-en-danse.org/danse-en-foret/>

Inscriptions :

info@transe-en-danse.be

⊕ VOIR DES VIDÉOS



Pour soutenir
la reprise culturelle,
commandez

NOS CARTES
DE VOEUX SOLIDAIRES

en cliquant ici

ou FAITES UN DON
sur BE36 5230 8026 8181



Pour plus d'infos, VISITEZ NOTRE SITE WEB

A BIENTÔT!



MAIL



WEBSITE



FACEBOOK