BIODANZA ET VOIX

Samedi 23 mars 2024
14h 18h30
Salle des associations, Ségoufielle

LIBEREZ LE MOUVEMENT
LAISSEZ VENIR LA VOIX
DECOUVREZ VOTRE EXPRESSIVITE

Ensemble et dans la joie, nous partirons explorer le corps et la voix dans une approche intégrative : mouvement, émotion, souffle, voix afin de libérer le potentiel d'expression de notre identité.

La proposition de ce stage est de libérer le corps de ses tensions pour ouvrir des espaces et laisser le souffle circuler ; de jouer avec sa voix en interaction avec les autres et de s'affirmer dans la relation avec légèreté.
L'expression vocale associée au mouvement devient créative et source de joie. Elle nous invite à nous affranchir de nos propres limites, élargir notre champ d'action dans le monde et nous envoler vers la réalisation de nos rêves.

Anne Rouquette est chanteuse et praticienne de l'écoute créative.
Frédérique Groffe est facilitatrice de Biodanza.

Tarifs :

- 40€ par personne ou
- 35€ pour les adhérent/e/s à l'association

Un goûter sera partagé entre les deux vivencias

Inscription, renseignements :

Frédérique 06 12 29 00 71
croquelavie31@gmail.com

Anne : 06 16 18 50 74
ecouteanne@gmail.com