



Extrait du Vivre en Comminges

<http://www.vivreincomminges.org/Un-cours-de-Biodanza-ouvre-a.html>

Un cours de Biodanza ouvre à Carbonne

- Répertoires du Comminges - Stages, cours et ateliers -

Date de mise en ligne : lundi 2 mai 2011

Copyright © Vivre en Comminges - Tous droits réservés

A partir du 9 mai 2011, cours hebdomadaire de Biodanza au centre socio-culturel de Carbonne

Biodanza

Par le mouvement en musique, la Biodanza® permet d'évacuer les tensions et de retrouver ou d'entretenir sa joie de vivre et son énergie. Elle affine en douceur la perception de nous-même et des autres, pour des relations meilleures, et plus de plaisir de vivre.

Par le mouvement en musique, la Biodanza® invite à sentir plutôt que penser, et enrichit notre palette quotidienne de plus de spontanéité, de vitalité, d'inventivité, de sensualité et d'expression.

Elle active un processus subtil et profond d'harmonisation de l'organisme et de notre personne dans sa globalité, renforçant santé et bien-être. Elle favorise une confiance, un épanouissement et un équilibre dynamique dans les différents domaines de notre vie : rythme de vie, travail, couple, famille, nourritures...

Il n'est pas nécessaire de savoir danser.

Un cours hebdomadaire vient s'installer à Carbonne.

- ▶ Séance découverte gratuite pendant le mois de mai 2011
- ▶ Séances les lundis de 20h à 22h, à partir du 9 mai 2011 au centre socio-culturel de Carbonne.

Venez découvrir !

Pour plus d'informations, pour vous inscrire ou si un cours à d'autres horaires vous intéresse, contactez-nous :

- ▶ Florence Bouchet : 09 50 97 23 17 / 06 85 18 07 23

ou

- ▶ Nicolas Raynaud : 06 09 17 08 56