

Atelier de réharmonisation corporelle et d'expression du mouvement.

Au 667 rue Aristide Bergès, 38330 Montbonnot-Saint-Martin

Salle Danse'IT

Faites entrer le souffle en vous, laissez entrer le mouvement en vous, pour le manifester dans votre vie avec joie et légèreté.

Ces ateliers seront orientés sur une mise en place dans votre corps de la respiration et un ré-accordage de votre corps, afin de vous permettre de vous exprimer ensuite dans le mouvement dansé.

Il n'est pas nécessaire d'avoir des notions de danse.

Cet atelier vous aide à prendre conscience de votre respiration, du mouvement porté par votre souffle et de la possibilité de réveiller votre puissance intérieure dans votre quotidien.

Dates des ateliers :

Septembre 2019	Mercredi 11
Octobre 2019	Mercredi 09
Novembre 2019	Mercredi 13
Décembre 2019	Mercredi 11
Janvier 2020	Mercredi 15
Février 2020	Mercredi 12
Mars 2020	Mercredi 18
Avril 2020	Mercredi 15
Mai 2020	Mercredi 13
Juin 2020	Mercredi 24

Tarifs des ateliers :

- Inscription à l'année : 350€
- Inscription pour 3 ateliers : 110€
- Inscription ponctuelle à un atelier : 38€

Horaires des ateliers :

- De **9h30 à 12h30**

Conseils pratiques :

- Prévoir une tenue souple et chaude pour le travail au sol (manches longues) avec la possibilité de vous découvrir ensuite (manches courtes).
- Prévoir une bouteille d'eau.

Inscriptions par téléphone au 06 78 12 65 66, Yannick ARCHAMBAUD.