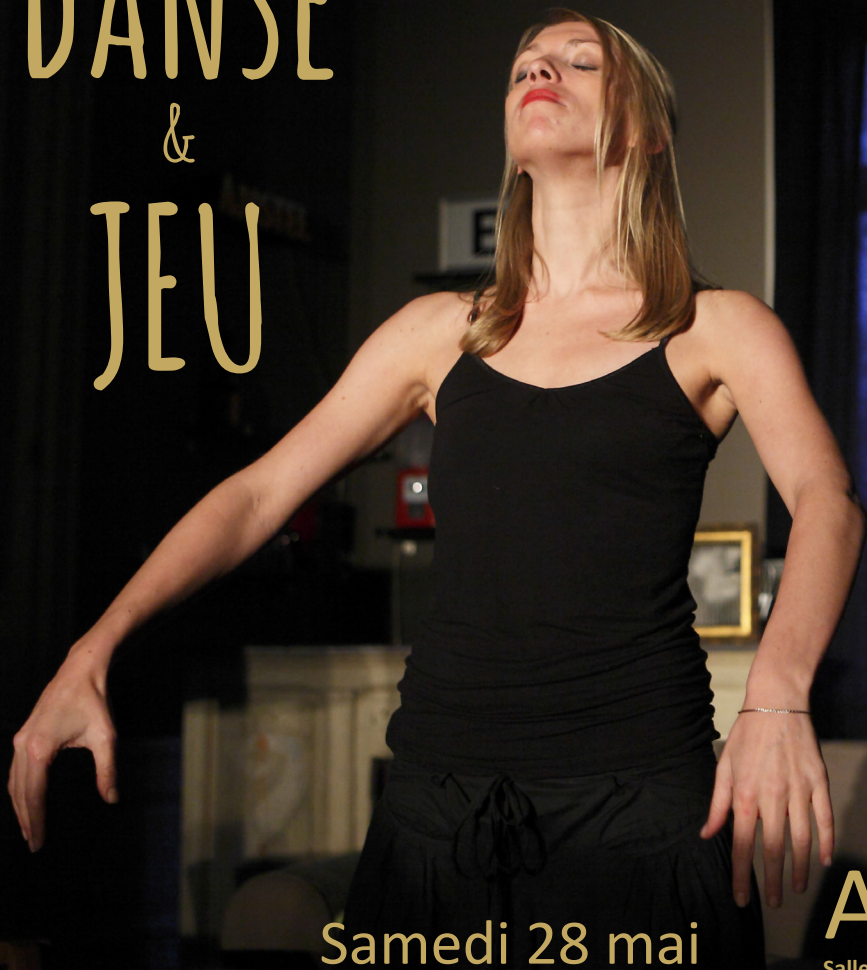


# DANSE & JEU



Samedi 28 mai

**AIX**  
Salle de sports



# DANSE & JEU

Ce stage est un voyage dansé sur une **bande son**, spécialement conçue. Il s'adresse aux acteurs et non-acteurs, aux danseurs et non-danseurs... à **tous** et à chacun !

C'est une danse guidée qui développe **Présence** et **Conscience**.  
C'est un cadre bienveillant pour plus de **Sincérité** et d'**Audace** dans sa **DANSE**, dans son **JEU**, comme dans sa **VIE**.

**samedi 28 mai - 09h50-13h00**



**20 € la séance**

**Inscription obligatoire avant le 26 mai**

**06 87 20 00 64**

**[www.comedialogue.com](http://www.comedialogue.com)**





La **DANSE** POUR SOI est un doux mélange inspiré de la danse des 5 rythmes et de la pédagogie **Comédia**.

C'est une danse accessible à tous, sans objectif à atteindre et sans performance qui nous connecte à notre énergie (re)ssource. Elle permet de danser **librement**, invite à suivre les mouvements **instinctifs** du corps, à libérer l'**énergie** émotionnelle et à **lâcher** prise du mental.

Elle se danse  **pieds nus** dans une tenue ample et confortable ( *prévoir des "couches" à enlever ou à remettre en fonction des différences de température et une bouteille d'eau* )

Un **stage thématique** permet d'approfondir dans la durée les différents rythmes (certains plus lents, d'autres plus fluides, d'autres encore plus énergiques) et d'explorer en profondeur différents territoires, différentes vibrations, différentes émotions...

Il se termine par un temps de **partage**.

