

*Etre En Danse pour célébrer la Vie*



*Avec la Biodanza® à Villers les Nancy*

« La biodanza® provient d'une méditation sur la vie, du désir de renâître de nos gestes vides de communication... »

Rolando TORO.

*Janick et François*

Facilitateurs en cours de titularisation à l'école de Biodanza® de Bourgogne

Vous proposent avec la Biodanza® une magnifique expérience de développement humain et d'épanouissement personnel. Grâce au mouvement, à la musique, aux situations de rencontres, elle permet à chacun de renouer avec sa joie de vivre, son humanité, son plaisir de se sentir pleinement vivant, ses capacités créatrices, et son appartenance au monde qui l'entoure.

La biodanza est née au Chili, il y a presque 50 ans. Le Professeur Rolando TORO ARANEDA, son fondateur, était anthropologue, psychologue, poète, musicien, passionné du vivant et de la relation humaine.

La biodanza est largement pratiquée dans toute l'Amérique Latine, au Japon, au Québec, en Afrique du Sud, en Norvège, en Europe et depuis 1984 en France et plus récemment en Russie

La Biodanza® est la danse de la vie.

Elle est l'expression du mouvement naturel de la vie qui nous anime.

Elle donne la priorité à l'expérience de notre corps et à sa sensibilité.

Elle propose de mettre la Vie au centre de nos préoccupations, de nos actes quotidiens, de retrouver la connexion à la sacralité de la vie, de sentir la vie en soi et autour de soi.

Pendant la séance de Biodanza nous vivons une vivencia c'est-à-dire une expérience vécue avec une grande intensité dans l'ici et maintenant et qui englobe les fonctions émotionnelles et les sensations internes de l'organisme.

L'invitation de la biodanza est de ressentir son corps vivant qui pulse, qui vibre et qui prend plaisir à être et à s'exprimer sur le rythme de la musique

La **Biodanza**<sup>®</sup> s'adresse à tous. Sa pratique ne nécessite ni une connaissance spécifique de la danse, ni des aptitudes physiques particulières, chacun étant amené à respecter ses propres limites.

Vivre régulièrement des vivencias qui mettent en joie, qui éveillent sensibilité et douceur, qui déploient leurs effets harmonisateurs dans l'organisme induit des conséquences heureuses et notoires comme :

**La joie de vivre et l'enthousiasme**

**Une meilleure détente et un relâchement des tensions**

**La confiance en soi**

**La souplesse physique et psychique**

**Une reconnaissance de nos sensations et de nos besoins**

**Une relation à soi et aux autres plus authentique**

**Des possibles insoupçonnés**



**COURS HEBDOMADAIRE :**

Avec l'association biOasis  
Mercredi de 19h30 à 21h30  
Préau école maternelle  
Groupe Scolaire Marcel Pagnol  
Villers Clairlieu (54600)

**TARIFS :** 12 € à la séance. / 50 € la carte de 5 séances / Forfaits trimestriels 96 € et 2 x 88 € (= 8 € la séance) / 1<sup>ère</sup> séance gratuite. / + adhésion à l'association biOasis 5 €/an

**CONTACTS :**

**[Etrendanse@free.fr](mailto:Etrendanse@free.fr)**

**Janick DUHEM : 06.73.52.28.97**

**François ALONSO : 06.10.90.78.05**

**[bioasis-54@orange.fr](mailto:bioasis-54@orange.fr)**

**Christian CRAPOIX : 06.43.33.56.05**

« Ce que j'aime chez une personne, ce n'est pas sa beauté, sa richesse ou son intelligence. C'est la profondeur du lien qu'elle a su nouer avec la Vie » C. BOBIN