BIODANZA

Séances découvertes

Samedi 10 mai 2025

---

5 euros la séance découverte / 8 euros les deux

10h – Salle des fêtes de Saint-Silvain-Bellegarde

15h – Tibord du Chalard à Felletin

Renseignements auprès de Céline : 06.99.74.12.54

Les facilitateurs :

François Alonso ,
facilitateur de Biodanza

et

Céline Barré Desbois,
facilitatrice sous supervision,
école de Biodanza de Bourgogne

la Biodanza® est une forme d'expression corporelle, une activité de bien-être, accessible à tous, basée sur une suite de propositions de danse, seul(e), à deux ou en groupe dans la progressivité.
la pratique régulière de la Biodanza® permet de :

- libérer les tensions et améliorer la vitalité
- se sentir plus enthousiaste et heureux
- faciliter l'intégration entre penser, sentir et agir
- gagner en confiance et en estime de soi
- vivre des relations de manière plus harmonieuse

EN RÉSUMÉ, VIVRE PLEINEMENT, ET SE SENTIR LIBRE DE DANSER SA PROPRE VIE !

EVIEDANSE

BIODANZA®
Sistema Rolando Toro

Habiter le Monde !