

# ATELIER DE BIODANZA

## Découverte

le jeudi 4 février 2010  
de 19h30 à 21h30  
au Moulin de Bardonwez

PAF : 9 €

## Atelier

tous les 15 jours :  
25 février ; 11, 25 mars ; 8, 22 avril ; 6,20 mai 3, 17 juin  
PAF : (abonnement 5 séances)

Inscription souhaitée, pour une bonne organisation:

ACRF : 084/45 72 62 mail : [carinecollard@acrf.be](mailto:carinecollard@acrf.be)

Chantal De Grox: 0475/57 98 24

La biodanza ne demande aucun pré-requis.  
Elle s'adresse à tous et toutes, de tout âge.

Q u ' e s t - c e   q u e   l a   b i o d a n z a   ?

- *Née au Chili, la biodanse ou «danse de la vie» vise à réhabiliter les mouvements naturels du corps tout en libérant les tensions en chassant les maux liés au stress.*
- *La séance est divisée en plusieurs types de danse, rythmées ou non, seul, à deux, à plusieurs ou tous ensemble en ronde.*
- *Toutes les parties du corps sont sollicitées mais la danse est libre.*
- *C'est le plaisir de danser, le plaisir de ressentir son corps*

