

Re-Naissance

stage 16-17 décembre 2017

DANSE, CONTE et YOGA



Renseignements et inscriptions : 06.31.65.78.79 christalliotine@sfr.fr

Parfois dans la Vie certains événements peuvent nous
 chambouler au point que nous sommes amenés à traverser des passages
 difficiles, voire « noirs ». Et de l'autre côté du tunnel c'est comme une nouvelle Vie qui
 recommence, une nouvelle pétillance, de nouvelles graines semées pour de nouvelles
 fleurs à venir. Pour apprendre à (re)trouver la confiance en la Vie qui chaque
 instant se renouvelle, pour re-naître à sa créativité, à son enthousiasme
 naturel, nous utiliserons les rythmes, la musique, les mouvements du
 corps dans la **DANSE**, l'imaginaire, la symbolique, le pouvoir
 créateur du **CONTE**, la structure, la circulation, les
 respirations du **YOGA**. Et nous entraînerons nos
 corps, nos cellules, notre mental à dire
OUI à ce qui EST, à la VIE
 au renouveau créatif
 de chaque
 instant



AnneEna Bernard est danse-thérapeute, co-fondatrice de la «Danse des Neuf Souffles»
 enseigne la Danse Médecine (Movement Medecine Apprentice Teacher) et est diplômée en ViniYoga
Christine Alliot diplômée en ViniYoga, enseigne ce Yoga, tissé avec d'autres yogas (de Eric Baret,
 Daniel Odier, Shin Shiva), pratique la Danse des 9 Souffles, la Danse Médecine et des danses de couple

Où ? dans la belle salle de Danse de la MJC de Meythet à 3 km d'Annecy
Quand ? samedi 16 décembre 13h-19h30 et dimanche 17 décembre 10h-17h
Avec quoi ? des vêtements souples, eau, éventuellement coussin, petit banc, couverture
Où dormir? pour les personnes venant de loin, nous contacter pour l'hébergement
Que manger? amener un plat léger à partager le dimanche midi, et fruits secs, tisanes
Quel prix ? **160 €** si inscription avant le 1 décembre **190 €** sinon
Réserver ? envoyer un chèque d'arrhes de 50€ au nom CRISTAL-YOGA à
 Christine Alliot 26 chemin des coquelicots 74330 POISY

Renseignements et inscriptions : **06.31.65.78.79** ou **christalliotine@sfr.fr**

Il n'est nécessaire ni de savoir danser, ni de pratiquer du yoga. Ce 7° stage est ouvert aux hommes et aux femmes