

Stage de Biodanza Aquatique

Du vendredi 16 Aout (17h) au dimanche 18 Aout 2024 (17h)
A Candé (Région d'Angers)



Stage coanimé par [Elisabeth GABORIT](#)
et [Annabelle DORLEANS](#)



Joie et Plaisir,
Ressourcement,
Renaissance à soi ...

La **Biodanza aquatique** se pratique en groupe, dans une piscine chauffée à 36° C, dont la profondeur est de 1,20 m.

Cette eau chaude offre une **expérience relaxante et régénérante...**

Elle permet de **diminuer** les tensions et les états de stress. Nous nous sentons plus légers car « **portés** » par l'eau.



Nous redécouvrons le plaisir communicatif de l'eau.

Danser, jouer avec l'eau et les autres, nous reconnecte à des plaisirs simples, spontanés, parfois oubliés.

L'enfant intérieur retrouve alors **son élan vital**, sa joie, son innocence, **son plaisir rayonnant...**

Danser dans l'eau nous permet de goûter à sa qualité de **fluidité... d'accueil** de ce qui est...

Juste équilibre entre contrôle et lâcher-prise....
et de l'installer avec **bonheur** dans sa vie, ses relations...



Dans l'enveloppement naturel de l'eau chaude,
la bienveillance des petits groupes et les pratiques guidées
par la musique nous conduisent à entrer, **en sécurité,**
dans **un puissant ressourcement.**



Progressivement , il se produit une **profonde régression**
qui nous replonge dans les sensations originelles
de baigner dans le liquide amniotique,
en lien avec nos **premières émotions.**

Durant le stage, chacun a la possibilité de vivre
une **transe de flottaison,**
vivencia de profonde **plénitude,**
un « **Rituel de Renaissance** » ...



**Pouvoir renaître à soi-même, à sa puissance de vie
et d'amour, dans une expansion de conscience
qui nous relie à l'unité cosmique.**

Qui sommes- nous ? Cliquez sur notre nom ci-dessous pour des infos sur « Biodanzaenlien.fr »

Elisabeth GABORIT et Annabelle DORLEANS

INFOS PRATIQUES

Le stage débute le **vendredi 16 Aout 2024 à 17 h** et se termine **Dimanche 18 Aout 2024 à 17h maximum.**

Prix du stage de Biodanza aquatique : **160 €** si inscription avant le 1^{er} juin 2024
180 € au-delà du 1^{er} juin 2024

Repas et hébergement : 175 €

Nombre de places limité (Capacité de la piscine)

La pension complète comprend les repas depuis le vendredi soir jusqu'au dimanche midi, et les douceurs pour les pauses....

L'hébergement est en chambre de 2 à 3 personnes, avec salle de bain.

Olivier nous prépare une nourriture saine et variée

La vivencia d'accueil se fera en salle le vendredi après- midi, puis les suivantes seront dans l'eau, dont la première dès le vendredi soir.

La piscine, couverte et chauffée à 36°C, a une profondeur de 1,20 m. Il n'y a pas besoin de savoir nager.

Ce stage de Biodanza Aquatique **nécessite d'avoir déjà une pratique confirmée de la Biodanza.**
Il ne s'adresse pas à des débutants.

Renseignements et **Inscription possible après contact** auprès d'**Elisabeth (06 15 31 19 39)**
ou **Annabelle (06 41 43 45 90)**

Le formulaire d'inscription, ainsi que les modalités pratiques, vous seront ensuite envoyés.