

Biodanza® Force et Joie de l'Ancrage

Dim. 26 janvier 2025

www.inestome.fr

Impression de planer, sensation d'être absent, ou ailleurs, se sentir déconnecté, voire même en insécurité (sans raison)... L'ancrage est nécessaire pour les êtres émotionnels que nous sommes afin de nourrir notre besoin de sécurité, de confiance en soi et réaliser nos projets.

La biodanza® nous invite à être dans nos ressentis, à trouver équilibre entre ce qui se passe en dedans et en dehors de notre corps. Par le corps, accueillir ce qui nous fait vibrer, nous sentir intensément vivants et nous met en joie.

Le temps d'une danse peut naître alors, le sentiment d'être dans notre axe en intégrant notre verticalité et horizontalité.

Laisser cette puissance de vie agir, nous donne le sentiment de force et de joie d'exister plus intimement avec nous-même et avec l'humanité.

Danser notre ancrage donne l'impulsion nécessaire à tout notre organisme pour accroître vitalité, force et joie. Alors on danse ?

2 sessions de 13h30 à 18h

Avec pause goûter, à partager ensemble.
L'inscription à l'atelier est recommandée.

Lieu

Interface Formation

41 rue Labat- 75018 Paris

(Mo Marcadet-Poissonniers ou Jules Joffrin)

(Se munir du code d'accès)

Animé par Inès Tomé, Facilitatrice, et ididactitiennne, diplômée, Thérapeute, naturopathe. .
Elle exerce ses compétences depuis 1994 dans le champ du développement personnel.

Tarifs

Individuel : 60€ /58€ si cours hebdos

Duo : 114€ /104€ si cours hebdos

Spéciale découverte 1ère fois : 48€

En cas de difficulté financière, ayez la simplicité d'en parler.



Inscription validée par l'envoi d'un chèque de 35€ à l'ordre de Association TouTenToi

La Biodanza®

S'adresse à tous.. Nul besoin de savoir danser.. Dans un espace de liberté, de plaisir et de respect, chacun est invité à s'exprimer pleinement par la danse, seul.e, à deux et en groupe. Le groupe de Biodanza® offre un contenant chaleureux, nourrissant. Il nous renforce mutuellement et permet à chacun d'oser être..

Association Toutentoi

43 rue Montcalm 75018 Paris
Siret : 451 254 148 00013

www.inestome.fr



06 09 76 48 12



Biodanza paris - it



ines.biodanza.paris@gmail.com