

Stage de Biodanza®

« Sexualité et
Créativité(s) »

du 16 au 19 juillet 2026



Mas d'Azil (Ariège)

Danser, écrire, modeler,
créer avec la nature...

Tout un week-end
pour mieux vivre sa sexualité



Océane

Diplômée en
sexologie clinique,
devenue poételle
grâce à la Biodanza,

Océane anime un groupe hebdo
depuis 2017.

Formée à l'extension Poésie
Vivencielle, elle crée des ateliers
permettant aux femmes de libérer
leur écriture et leur sexualité.



Paulette

Infirmière en réa
néonatal, Paulette
anime un groupe
hebdo avec son mari

Thierry depuis 2014. Elle a créé un
groupe « Ladies only » en 2023.
Formée à 5 extensions, dont Argile
et Biodanza® Aquatique, elle
propose chaque mois des vivencias
en eau chaude.

Renseignements et inscriptions
(y compris pour l'hébergement) :

biodanzatervuren@gmail.com

+32 4 99 53 72 83

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

<https://framaforms.org/16-19-juillet-2026-sexualite-et-creativites-biodanza-avec-oceane-paulette-beatrice-christine-et>

UN PRÉCIEUX RENDEZ-VOUS AVEC SOI

Toi aussi, tu sens le besoin d'oser explorer ta sensualité de femme, avec justesse et délicatesse, dans un cadre sécurisant ?

De te réconcilier avec ton corps et de goûter le plaisir du mouvement organique, ancré, libéré ?

Alors viens nous rejoindre dans un lieu magique, pour six vivencias, dont une avec argile, avec Paule et Océane, et d'autres moments uniques, avec Béatrice, Christine et Astrid.

Processus proposé

- Initiation à la Roue du Consentement
- Approfondissement des aspects physiologiques
- Exploration de l'écriture érotique
- Rituels en nature
- Des temps de parole vivencielle réguliers

Effets associés

- Réveiller le feu intérieur
- Libérer son écriture et le mouvement sensuel
- Oser s'exprimer sans tabou
- Ouvrir des possibles, pour oublier la honte et la peur
- Se réapproprier son corps
- Célébrer le désir, le plaisir et le vivant en soi

Cet atelier est dédié aux femmes, en lien avec la démarche du site <https://www.yoniqueen.com>.

Une pratique de la Biodanza de plus de six mois est vivement conseillée.

Entretien préalable avec Océane, pour évoquer vos attentes et motivations.

LES « PLUS PLUS PLUS » DE LA PROPOSITION 2026

Béatrice



Kinésithérapeute
spécialisée en
rééducation pelvi-
périnéale et
sexologue,
féminothérapeute©,
Béatrice partagera
ses connaissances
sur l'anatomie
féminine.

Facilitatrice depuis
2024 à Montauban,
Béatrice
accompagne les
femmes lors
d'ateliers mensuels.

Christine



Christine et Astrid, amoureuses du vivant,
nous proposeront plusieurs rituels en
connexion avec les merveilles de la nature,
inspirés du « Land'Art ».

Astrid et Christine co-facilitent en groupe
hebdomadaire depuis 2014. Elles ont créé le
cercle de femmes « Soupettes et Pipelettes »
en 2022, pour célébrer la sororité.

Astrid



Témoignages

des participantes aux ateliers précédents organisés en Belgique

« Arrivée fatiguée et attristée par l'état du monde, je suis repartie confiante. Etourdie par la résilience des femmes et leur capacité de guérison.

Coucher sur le papier des mots choisis, se laisser aller aux pensées coquines, au rire, aux larmes. Un partage haut en couleurs ! »

Christine B, professeur
en supervision.

« Oser me dévoiler, dans ce que j'ai de plus authentique, de plus féminin. Laisser émerger ma sensualité, me faire confiance, me connecter au sacré grâce à la précieuse énergie qui se réveille en moi. Je me suis trouvée belle, et j'ai pu voir la beauté tout autour de nous. »

Brigitte, biodanseuse
depuis 2021.

« Les danses proposées m'ont permis de revivre mes accouchements. Aujourd'hui je suis en paix - et fière de ce corps accueillant, généreux, pulsant ! »

Agnès, biodanseuse depuis 2018.

« La suite de danses proposées m'a permis de sentir, pour la première fois, tout le cycle de la lune, au cœur de mon palais intérieur. Gratitude profonde à la Biodanza. »

Sophie, professeur
en supervision.

« Un moment de reconnexion avec tous les aspects de ma féminité. De douces retrouvailles avec ma puissance intérieure. Cette réunification dans mon intime amène un sentiment de profonde sérénité. »

Delphine L, professeur de
Biodanza et de taïchi/qigong.

Infos pratiques

Accueil le jeudi 16 juillet dès 16 heures, pour faciliter votre installation au camping ou au dortoir.
Première vivencia le jeudi soir à 20:00.

UN LIEU ENCHANTEUR

Les Vergers de Sésame, c'est :

- une magnifique salle de danse, au pied des Pyrénées, à 80km au sud de Toulouse
- une rivière pour se rafraîchir
- un camping au milieu d'un verger, accessible avant/après
- un dortoir de 11 à 12 places
- une grotte et un musée-forêt à visiter et des tas d'excursions à programmer (GR 78)
- Des gîtes à proximité :

<https://www.tourisme-arize-leze.com/sejourner/ou-dormir/>

Si vous souhaitez camper aux Vergers avant ou après le stage, contacter directement Michelle Duran :

+33 5 616 999 56 ou

sarillosange@hotmail.com.

<https://camping-vergersdesesame.com>

HEBERGEMENT

- 3€/ emplacement si électricité
- Camping : 7€/ personne / nuit
- Camping-car : 8€/ personne / nuit
- Dortoir 12 personnes : 13€/ nuit

REPAS

En autonomie (surtout en cas de régime spécifique), ou repas traiteur végété ou carné (entrée/plat/dessert) à 15€ (livré midi et/ou soir). Une gazinière est à disposition pour les repas du soir (frigo au camping).

STAGE

- 280€ (250€ pour les professeurs)
- 260€ jusqu'au 30 avril 2026
- 240€ jusqu'au 28 février 2026

Ce stage exigeant l'achat de matériels spécifiques, un acompte de 70€ (remboursable seulement pour force majeure) est demandé lors de l'inscription.

En cas de difficulté financière, nous contacter.

Acompte à verser sur le compte de Paule Dumas BE40 0689 0895 1863.

*Clôture du stage le dimanche
19 juillet à 17:00.*



*Pour celles qui ne connaissent pas le lieu...
en bord de rivière et de verger*



Une salle qui s'ouvre sur la nature

*Espace de contemplation et d'accueil
de la beauté du vivant, au pied des Pyrénées*



*Visiter la grotte du mas d'Azil,
berceau de l'humanité*

