

chakradance^{MC}

rythme pour votre âme

24 ATELIERS LES MARDIS DE 19h30 A 21h

à NÎMES



2/9/16/30 octobre - 13/20/27 novembre - 4 décembre - 8/22/29 Janvier
12/19 février - 12/19/26 mars - 2/16 avril - 7/21/28 mai - 4/18 juin - 2 juillet

Chakradance® propose d'éveiller nos centres d'énergies par le mouvement libre, improvisée sur de la musique en résonance avec les 7 chakras, avec pour support la méditation, le rêve éveillé, des temps de partage, le dessin spontané d'un mandala. Cette pratique de danse intuitive vise à rétablir l'équilibre de nos chakras, qui dans la tradition indienne, représentent des ponts entre le corps, l'esprit et l'âme.

Pratiquer Chakradance®, c'est créer un lien subtil avec son monde intérieur, retrouver sa danse authentique. Au cœur de cet espace sacré, vous deviendrez plus présent à vous-même, merveilleusement vivant. Ouvert à tous, hommes/femmes, aucun prérequis en danse n'est demandé, ni connaissance particulière des chakras.

Chaque mardi, nous nous retrouverons chacun et avec le groupe pour explorer un chakra, une partie, une facette de nous-même et aller à notre rencontre, celle de notre être profond. Pas besoin de savoir danser, ni d'avoir une connaissance des chakras, juste être soi, en présence et se laisser traverser par ce qui est.

Lieu : La Maison des Associations, Ancien bâtiment Agora, face au Parnasse, 2 impasse Jean Macé, Nîmes

Participation : 240€ l'année, **cours d'essai gratuits les 2 et 9 octobre**

Renseignements et inscriptions :

Laetitia Charrueau 06 68 41 46 41

l.charrueau@gmail.com

www.laetitiacharrueau.fr