

Chakradance Party saison 2018-2019

Un samedi par mois sur Millau Méditation et danse dans les chakras

Un rendez-vous mensuel à ne pas manquer, une invitation à se célébrer, se découvrir, redécouvrir à travers le mouvement libre, les vibrations de la musique pour traverser son être.

Chakradance® a été créé il y a 20 ans en Australie par Nathalie Southgate. Cette pratique aujourd'hui présente dans le monde entier, est reconnue par Deepak Chopra et le Chopra Center en Californie.



“Lorsque vous expérimentez Chakradance, vous travaillez directement et de manière puissante avec vos chakras, créant des changements tant au niveau cellulaire qu'«énergétique»”

Chakradance® propose d'éveiller nos centres d'énergies, les chakras, par la **danse intuitive**, 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, dans un cadre sécurisant et bienveillant.

Cette pratique de danse libre 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.

Ce voyage libérateur et enivrant nous amène au cœur du Soi, il permet de se centrer, se ressourcer, grandir en conscience dans un esprit ludique, joyeux, en hommage à la vie.

Rendez-vous les samedis : 29 septembre – 13 octobre – 17 novembre – 8 décembre – 12 janvier – 16 février – 16 mars – 13 avril – 11 mai – 8 juin

De 17h30 à 20h30 - Lieu : Ecole de danse « la Rose des Vents », Cindy Lambert, 4 rue Paul Combes, Millau.

Ouvert à tous, hommes/femmes, aucun prérequis en danse n'est demandé.
Prévoir une tenue souple et confortable.

Participation : 35€ la soirée ou 90€ la carte de 3 soirées au choix dans la saison.

Renseignements et inscriptions :

Laetitia Charrueau 06 68 41 46 41

l.charrueau@gmail.com

www.laetitiacharrueau.fr



Laetitia Charrueau a découvert cette pratique qui a transformé sa vie en 2015. Elle est aujourd'hui facilitatrice Chakradance, son leitmotiv, ouvrir ces précieux espaces, afin que d'autres puissent se rencontrer aussi, se célébrer. Elle aime œuvrer avec les couleurs, les énergies, le subtil pendant cette pratique, mais aussi dans son atelier de lithothérapie où elle crée sur mesure des bijoux en pierres précieuses et semi précieuses pour vous accompagner dans votre chemin. Plus d'infos : www.laetitiacharrueau.fr

chakradance^{MC}
rythme pour votre âme