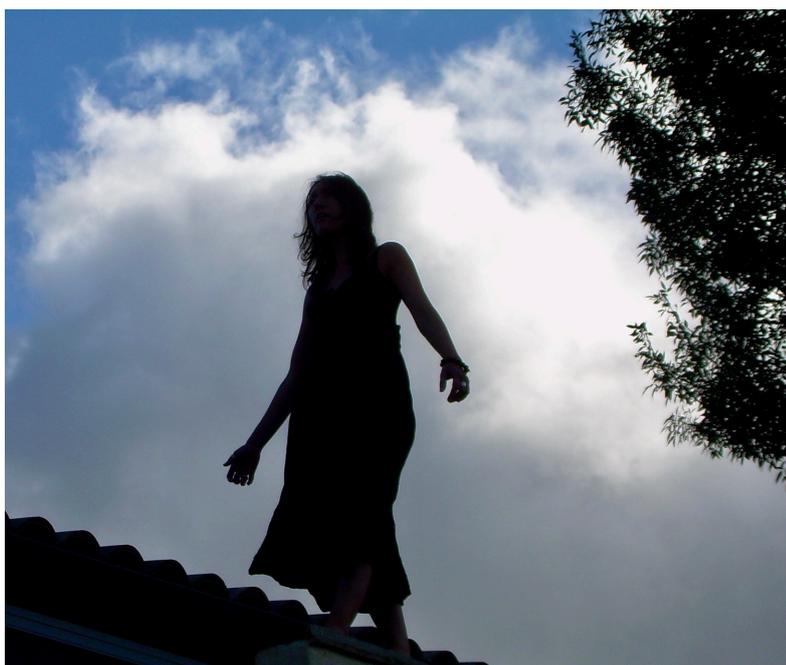


Atelier Corps et Voix en jeu

Samedi 3 juin 2023
de 10h à 15h30
animé par Chantal Sergent

A la Ballière 956 chemin des Faïsses
84240 - Grambois

50 € l'atelier



Une invitation

A ralentir, s'arrêter un peu,
Ecouter son corps qui est toujours présent,

Puis se découvrir,
En laissant son corps exprimer sa sensibilité, son art,
En se surprenant, en osant l'inhabituel, dans la
danse, et avec la voix, les mots, le dessin.

Ainsi apprendre des liens multiples qui se tissent
avec soi et les autres.

Chacun-e se laissera inspirer par :
. l'écoute du corps, du souffle dans le silence,
. la relaxation
. les mouvements doux traversés par le yoga.

Puis chacun-e explorera son expression à travers des improvisations mêlant le mouvement, la danse, le rythme, la voix, les mots et le dessin.

Renseignements et Inscriptions
chant.sergent@orange.fr
06 70 61 76 83

Chantal Sergent est danseuse, formée au yoga.
Elle fonde Danse Harmonie en 1987, cherchant à développer les ressources de la créativité à travers le mouvement, la voix, la danse,
. entre soignants et patients de différents services et lieux d'accueil par la formation professionnelle,
. dans la rencontre avec sa propre expression dans le cadre d'ateliers ouverts à tous.

Un temps avec soi, pour soi