



Danser sa vie

# Biodanza + Mandala

## L'Air



Dimanche 19 mai 2019

L'Air est lié à la Créativité, l'Expansion  
Les rêves, l'Imagination, la Fantaisie  
La Légèreté, la Fluidité  
La Joie, la Liberté

Nous avons en nous des composantes des 4 éléments (Feu-Terre-Eau-Air)  
dans des proportions qui nous sont propres  
Les harmoniser permet de renforcer  
notre fluidité, notre bien être, notre confiance en soi dans notre quotidien

Ensemble, laissons s'exprimer notre Joie, nos Rêves. Mettons en mouvements dansés et graphiques.

- \* **La Biodanza** (expression par le mouvement naturel et la danse) puis
- \* **La création de notre Mandala** (crayons de couleurs - Pastels – feutres...)

Nul besoin de savoir danser - Nul besoin de savoir dessiner.

Nous avons tous un potentiel créateur au fond de nous. Laissons guider.

Goûter partagé avec les douceurs (fruits - gâteaux - boissons...) que chacun apporte, en milieu d'après midi

Quand : Dimanche 19 mai 2019 – 13h30/18h – Accueil à partir de 13h15

Où : Espace Jeunes Gaïa - Rue du 19 mars 1962 – 38530 Pontcharra

Coût : 45 € - 35 € (adhérent à l'association) – Matériel compris

Informations et inscription nécessaire : [dansersavie@orange.fr](mailto:dansersavie@orange.fr) - 07-87-04-63-27

