

2ème édition



Festival

Danse bien-être & Danse en conscience

16 et 17 novembre 2024

Montpellier

PROGRAMME

Credit photo Anne Baradel

Ateliers bien-être

- Expression Primitive
- Danse Soufie
- Danse Contact
- Biodanza
- Ecstatic Dance
- Danse de la Paix Universelle
- Danser être dansé
- Wutao & chant du souffle
- Méditation, voix et chant
- Bain sonore

Maison pour Tous

Mélina Mercouri
842 rue de la vieille poste :
ontpellier



Infos et inscription : 06 63 68 23 01



www.danserlacherprise.fr

en partenariat avec Calor Danse

Nous vous souhaitons autant de plaisir à découvrir la programmation riche et diversifiée de cette 2ème édition que nous en avons eu à la préparer.

Sur 9 ateliers proposés, la moitié sont des nouveautés, c'est-à-dire de nouvelles propositions dansées que le Festival Danse bien être & Danse en conscience accueille pour la 1ère fois tandis que nous nous réjouissons de retrouver des coups de cœur de l'édition passée.

Il y a un choix varié pour tous entre des rythmes plus lents ou plus dynamiques, plus libres ou plus guidés, plus centrés en intériorité ou plus démonstratifs dans une expression collective.

C'est un évènement intergénérationnel chaleureux qui nous ressemble, qui nous rassemble.

Jamais autant n'avons-nous été invités à danser, danser nos vies, vivre nos danses et nous exprimer, vivants, vibrants, dans nos corps, en lien avec nous-mêmes et avec les autres.

Au plaisir de vous accueillir et de vous retrouver pour un nouveau week-end magique, puissant et festif autour ce qui nous unit et qui nous relie : danser.

Esprit du Festival Danse bien-être & Danse en conscience

Une seconde
édition à
MONTPELLIER
après trois
éditions à
NANCY

Un festival qui célèbre les danses « en conscience » dans leur diversité. Qu'elles soient libres, guidées, ritualisées, dynamiques ou plus intériorisées, elles sont sources de bien-être. Elles privilégient le ressenti, l'expression de soi, la créativité et la connexion aux autres. Pour faciliter l'intégration des expériences vécues, un voyage au cœur du son et de la voix est également proposé. Au fil des ateliers, des liens privilégiés se tissent au sein du groupe pour danser et vibrer ensemble.

9 Ateliers Guidés
Par Des
Intervenant(e)s
Passionnants et
Passionnés

Expérimenté(e)s, authentiquement engagé(e)s, ils/elles ont à cœur de partager et de transmettre leur outil de développement qui touche autant l'intimité que le collectif

Expression Primitive	Ecstatic Dance	Biodanza
Danser être dansé	Danse de la paix	Danse Soufie
Danse contact	Wutao & chant du souffle	Bain sonore

Ouvert à Tous

Ce festival est ouvert à toutes celles et tous ceux qui ont envie de bouger, de se faire du bien, se ressourcer et recharger les batteries.
Qui n'a pas envie de sentir son corps vivant, vibrant et plein d'énergie!
C'est festif, joyeux, nourrissant, soignant, profondément libérateur d'émotions et de sensations.

Contacts
06 63 68 23 01

Tel : 06 63 68 23 01

Email : danserlacherprise@gmail.com

Inscription/billetterie: <https://www.helloasso.com/associations/danser-lacherprise/evenements/festival-danse-bien-etre-et-danse-en-conscience-1>

Le festival est organisé par l'association DANSER LACHER PRISE : c'est l'aventure singulière et réjouissante de trois sœurs unies de créer ensemble et de partager ce qui leur tient à cœur. Une expérience de cœur et d'âme, un peu folle comme peut l'être un rêve d'enfant. Celui de créer du lien, de se faire du bien et de partager avec d'autres dans un esprit d'ouverture.

<http://www.danserlacherprise.fr>

Youtube: urlr.me/tq2HQ



Anne Baradel

Peintre,
Formée à l'art thérapie



Gisèle Baradel

Danseuse, professeure de danse,
danse thérapeute



Sylvie Baradel

Coordinatrice-organisatrice
Festival du féminin® en Asie

*« La danse est le langage caché de l'âme,
il dit ce que les mots ne peuvent pas »*

Martha Graham

Parce que la danse permet au-delà des mots sans passer par la parole d'accéder à nos émotions, elle devient un précieux moyen de connaissance de soi.

Porteuse de sens, de bien être, de créativité et de joie elle est alors ressentie comme une invitation de reconnexion à soi-même nourrissante, vivante, transformatrice.

Aussi le Festival Danse bien-être & Danse en conscience, dans un cadre bienveillant et respectueux, est une expérience forte, féconde, puissante qui amenant à l'introspection est susceptible de fortement mobiliser les émotions.

Si vous prenez actuellement un traitement pour une souffrance psychologique, il est préférable de demander conseil à votre thérapeute ou à votre médecin avant toute participation à nos ateliers.

Vous pouvez également venir nous en parler en début de séance si vous le souhaitez.

Planning

	Samedi 16 novembre 2024
8h45-9h	Accueil
9h-9h30	Cérémonie d'ouverture
9h30-11h	Expression primitive
11h15-12h45	Danser être dansé
12h45-14h	Pause déjeuner
14h-15h30	Danse contact
15h45-17h30	Ecstatic dance
17h30-18h30	Bain sonore

	Dimanche 17 novembre 2024
9h-9h30	Accueil
9h30-11h	Biodanza
11h15-12h45	Danse soufie
12h45-14h	Pause déjeuner
14h-14h50	Bain sonore & chant
15h-16h30	Wutao & chant du souffle
16h45-18h15	Danse de la paix universelle
18h15-18h45	Cérémonie de clôture

Samedi 16 novembre 2024 – 09h30-11h

Expression Primitive

*Le carnaval des
dances*

avec Gisèle BARADEL



*L'*expression primitive ou danse rythme thérapie est une **danse joyeuse accompagnée par la voix des participants et au son du rythme de la percussion.**

Elle puise ses racines dans les peuples premiers où la danse est un art social, collectif, ludique et soignant.

Le rythme dans les pieds, la gestuelle symbolique et la voix sont des éléments clés de cette danse ritualisée, qui se distingue par sa simplicité, sa puissance, sa répétition et sa musique rythmée. Chacun va trouver sa liberté d'expression dans un cadre où le groupe soutient et amplifie son mouvement dansé.

Un voyage chaleureux autour du monde à travers le carnaval des dances.

C'est magique comment des mêmes pas de base vont prendre forme, au son d'un rythme et d'une mélodie, pour se transformer en **une multitude de danses variées différentes.**

Un atelier-booster plein d'énergie sur des rythmes festifs .
C'est convivial, dynamique et gai !

***Gisèle BARADEL**, danseuse, professeure de danses latines (brevet d'Etat de Danses de Loisir formée par Christian Dubar), danse-thérapeute (formée à l'Atelier du Geste Rythmé de France Schott Billman) est fondatrice-enseignante depuis 26 ans de l'association CalorDanse à Montpellier et intervenante dans le milieu social (CCAS, Ehad, Maison pour Tous).*

Elle est passionnée par les rythmes de la percussion et le puissant processus de changement et de transformation qu'opère la danse au sein d'un groupe, d'un couple, d'une personne.

De la scène (carnaval brésilien, spectacles) à l'intimité d'une séance, du collectif à l'accompagnement individuel, par sa transmission au travers de cours, stages & soins, Gisèle accueille, soutient, donne confiance pour que chacun.e ose réapprivoiser, ressentir son corps à son propre rythme.

Quand la danse, au-delà de tout attendu, source de connaissance de Soi, opère une double transformation extérieure et intérieure.

Engagée dans l'association DANSER LACHER PRISE , elle coorganise le Festival Danse thérapie & Danse en conscience à Nancy puis à Montpellier.

www.danserlacherprise.fr

Facebook : *expression primitive Montpellier*

Samedi 16 novembre 2024 – 11h15-12h45

Danser Être dansé[®] avec Stéphanie LOPEZ

La pratique « Danser Être Dansé »[®] est une invitation à développer une écoute profonde et sincère de ce qui s'offre à nous lorsque le mouvement est là.

Mettre de la conscience, de la présence et une qualité d'attention fine au corps dansé permet de nourrir de manière profonde, sincère et organique les systèmes en mouvement. Danser pour permettre à tout ce qui se présente de s'abandonner à la Danse, celle de l'instant.

Une invitation à plonger dans les paysages intérieurs qui s'invitent au fil des guidances et des musiques pour dialoguer de manière sensitive avec tous les messages du corps.

Plonger au cœur de la présence est ce qui va nous permettre ce passage de « Danser » à « Être Dansé »



Stéphanie LOPEZ « L'Humain me fascine.

D'aussi loin que je me souviens, j'ai développé ce que j'appelle une "grande oreille". Une qualité d'écoute qui va au-delà des mots. Ce talent m'a ouvert aux mystères de la vie

J'ai alors débuté un long voyage au cœur de moi.

J'ai notamment nourri mon chemin de plusieurs pratiques d'expression corporelle et rapidement une évidence :

Un corps ne ment pas.

Dans la danse, le mien transpirait, souffrait, s'ouvrait, m'enseignait.

J'ai continué de nourrir mon chemin avec la précieuse transmission "Danser Être Dansé" [®] de Véronique Pioch. Aujourd'hui dans mes ateliers et stages, j'offre un espace sécurisant et bienveillant pour permettre à chacun-e de se mettre à l'écoute de ce corps conscient qui ne demande qu'à s'exprimer à travers la Danse. »

Samedi 16 novembre 2024 – 15h-16h30

Danse Contact

avec Agnès VINEL

Lors de cet atelier nous passerons un long temps à nous laisser redescendre dans notre ressenti, notre attention de base ; celle qui ne nécessite aucune action volontaire. **Nous porterons notre attention sur notre peau, cet organe autonome vivant, le lieu de nos expériences de relation entre l'intérieur et l'extérieur.** Nous envisagerons à nous y autoriser et à y ressentir la liberté du mouvement, l'organisation interne de notre structure en soutien avec la gravité. Petit à petit y amener une conscience et une présence plus sûre, plus claire pour **comprendre combien le toucher peut être un acte respectueux et stimulant pour la danse et l'improvisation.**



Agnès VINEL est enseignante de danse contact improvisation au studio LaNef depuis une dizaine d'années, elle la pratique depuis plus de 20 ans à Montpellier mais également dans tout l'hexagone. Très tôt, déjà dans ses études universitaires elle étudie le toucher à travers les civilisations, de fil en aiguille elle se forme à la relation d'aide par le toucher, ensuite, rencontre et réalise le concept dit "approche somatique" notamment par le body mind centering, le yoga Iyengar, le mouvement authentique. Dans l'exploration du contact improvisation, elle est amenée à se mettre en mouvement, elle y rencontre des chercheurs et danseuses référentes de cette pratique comme Nancy Stark Smith, Ray Chung,..

Son approche tourne autour de la relation ; celles qui nous traversent intérieurement et celles qui résonnent à l'extérieur. L'improvisation comme structure de sa danse, le senti comme matière, la conscience comme membrane. Agnès aime jouer avec l'état du présent comme celui de la projection, des allers retours nourrissant une énergie du prendre soin sans jugement.

Facebook : association de soi

Samedi 16 novembre 2024 – 15h45-17h30

Ecstatic Dance

avec Sophie AUBER

Ecstatic Dance, c'est un voyage mais aussi une opportunité d'être pleinement là dans l'instant présent, de se connecter au plaisir d'être en vie et dans son corps.

C'est un espace bienveillant où vous pouvez vous lâcher en toute sécurité, laisser votre corps, vos mouvements se délier, vous laisser être dansé par le mouvement de la vie et surtout prendre plaisir à être là tout simplement en présence avec vous et les autres le cœur ouvert. **Sans échange verbal sur la piste pour que chacun puisse entrer en soi, écouter ses sensations et plonger entièrement dans le voyage!**

Conçue par le DJ comme un voyage sonore avec une intention spécifique, **une session d'ecstatic dance est une sorte de cérémonie urbaine qui commence et se termine en cercle, où la musique et les besoins de chacun sont les seuls guides.**



Sophie AUBER, Sophie alias DJ Soph, est la fondatrice de Ecstatic Dance Montpellier, Nîmes et Ecstatic Dance Ocytocine (les célèbres Ecstatic Dance avec casques en plein air dans le sud de la France), elle est également la co-fondatrice de l'Ecstatic Fest.

Elle a maintenant une communauté d'Ecstatic Dance florissante à Montpellier et elle voyage en France et en Europe pour partager ses sets de DJ. Sophie aime raconter une histoire qui vous entraîne dans ses montées et descentes, qui libère les émotions et qui permet de se défouler et de tout lâcher. Elle anime et partage ce qu'elle est avec bienveillance, douceur, enthousiasme et générosité. Sa médecine est celle du cœur.

Elle est aussi professeure de yoga, coach en amour de soi.

www.ecstaticdanceocytocine.fr

www.pourlamourdesoi.fr

Samedi 16 novembre 2024 - 17h30- 18h30

Bain

Sonore

avec Maéva MICHEL

*C*et atelier invite en fin de journée à une intégration et une harmonisation tout en douceur avec un "bain sonore".

C'est une pause, une méditation, un voyage au cœur des sons et de la voix.

Une profonde détente : Se poser, se déposer, se reposer.

Laissez-vous emporter par les bols, les Koshis, la guitare, les tambours, pour un moment où le corps intègre, allongé ou assis, les informations des ateliers précédents.

La Voix intuitive et guérisseuse de Maéva nous transporte loin. Se laisser touché.e par les sons de sa voix et ceux de l'énergie vibratoire pour aider à libérer les mémoires bloquées dans les différents corps, accéder à un mieux-être par la détente et se reconnecter à notre essence profonde.

Quand beauté, grâce et puissance nous font voyager au cœur de l'âme. Intense et subtil.



Maéva MICHEL, artiste, chanteuse de métier, musicienne, compositrice de formation, est praticienne en chants énergétiques et soins sonores.

Passionnée par l'humain et le développement personnel, elle a trouvé avec la voix et la musique un moyen d'approcher ses profondeurs et de communiquer au-delà de toute parole avec l'autre.

Elle s'est formée à nombreuses pratiques : sonothérapie & musicothérapie, yoga du son, kotakama, chants diphoniques. Elle accompagne avec une approche intuitive personnalisée d'une grande sensibilité dans les soins qu'elle propose.

La seconde activité de Maéva est la composition pour des programmes audio au travers d'enregistrements de chants, de voix, d'accompagnement instrumental.

www.va-ema.com

Youtube: Va mon âme- Maéva Michel

Dimanche 17 novembre 2024 – 9h30- 11h15

Biodanza

avec Marie Christine
VINCENOT

La Biodanza SRT (système Orlando Toro) est une invitation à un voyage au cœur de notre ressenti dans le corps et dans le cœur.

Le mouvement et la musique provoquent des émotions qui à leur tour libèrent des hormones qui régulent notre fonctionnement vital. La perception de soi, de l'autre et du groupe dans un contexte de confiance et de respect, est amplifiée et harmonisée. Je redeviens un être humain sensible, joyeux et confiant, ouvert à la vie et à l'amour.

La Biodanza est un outil de développement humain dont la pratique nous permet de retrouver de façon progressive et naturelle une santé physiologique et existentielle et de nous **reconnecter à notre humanité dans toute sa beauté et sa grandeur.**



Marie Christine VINCENOT nous partage : « Mon enfance a été baignée dans la musique et chants de tous les styles qui provenaient des confins du monde...J'ai grandi avec cette empreinte vivante dans le corps et dans l'âme...Le rythme et la mélodie m'ont conduite au mouvement et à la danse, la danse naturelle et spontanée de l'enfance vivante, puis la danse classique, la danse africaine, et enfin la Biodanza en passant par tout un registre de danses dites "conscientes" telles que danse des 5 rythmes, ecstatic dance, danses du monde en cercle...

La danse qui m'a inspirée une vocation professionnelle est la Biodanza SRT (Biodanza système Rolando Toro du nom de son fondateur). **Pratiquante de Biodanza depuis 13 ans et Facilitatrice professionnelle depuis un an, je découvre avec bonheur la transmission de cette merveilleuse pratique qui redonne au corps vitalité et santé, à l'âme désir de vie et au cœur l'ouverture à l'amour. »**

Dimanche 17 novembre 2024 – 11h15-12h45

Danse Soufie

avec Delphine JAYA

La danse Soufie est la danse des derviches tourneurs initiée par le poète et mystique persan Rûmî au XIIIe siècle.

Plus qu'une danse, une méditation, **c'est une invitation au tournoiement méditatif**, dans un alignement du ciel à la terre en passant par le cœur. Accompagné de **poésie mystique et de musique transcendante**, le tournoiement amène une connexion à la fois intérieure et cosmique.

« Les atomes dansent, tout l'univers danse, les âmes dansent.. »
Rûmi

.



*La poésie, la danse, la musique et le chant sont des arts que **Delphine JAYA** a explorés de manières très diverses.*

Delphine danse depuis toujours, elle a exploré de nombreuses danses, classique, indienne, extatique, gaga, Kabellia, ...

Il y a 10 ans, elle rencontre la danse derviche. Depuis 2021, à la découverte de la poésie du célèbre poète mystique persan Rûmî, elle plonge dans cet univers et elle fait une rencontre majeure. De là, les connexions s'enchaînent et elle crée un spectacle - Entre Toi et Tout ou La Voie du Cœur.

Delphine transmet la Danse Soufie dans une profonde reliance entre Ciel et Terre vers l'Unité par le Cœur.

Facebook : OMusique – L'Âme Muse des Sons

Dimanche 17 novembre 2024 -14h- 14h50

Bain

Sonore

avec Maéva MICHEL

*C*et atelier invite en début d'après-midi à une intégration et une harmonisation tout en douceur avec un "bain sonore".

C'est une pause, une méditation, un voyage au cœur des sons et de la voix.

Une profonde détente : Se poser, se déposer, se reposer.

Laissez-vous emporter par les bols, les Koshis, la guitare, les tambours, pour un moment où le corps intègre, allongé ou assis, les informations des ateliers précédents.

La Voix intuitive et guérisseuse de Maéva nous transporte loin. Se laisser touché.e par les sons de sa voix et ceux de l'énergie vibratoire pour aider à libérer les mémoires bloquées dans les différents corps, accéder à un mieux-être par la détente et se reconnecter à notre essence profonde.

Quand beauté, grâce et puissance nous font voyager au cœur de l'âme. Intense et subtil.



Maéva MICHEL, artiste, chanteuse de métier, musicienne, compositrice de formation, est praticienne en chants énergétiques et soins sonores.

Passionnée par l'humain et le développement personnel, elle a trouvé avec la voix et la musique un moyen d'approcher ses profondeurs et de communiquer au-delà de toute parole avec l'autre.

Elle s'est formée à nombreuses pratiques : sonothérapie & musicothérapie, yoga du son, kotakama, chants diphoniques. Elle accompagne avec une approche intuitive personnalisée d'une grande sensibilité dans les soins qu'elle propose.

La seconde activité de Maéva est la composition pour des programmes audio au travers d'enregistrements de chants, de voix, d'accompagnement instrumental.

www.va-ema.com

Youtube: Va mon âme- Maéva Michel

Dimanche 17 novembre 2024 – 15h-16h30

*L*e Wutao est un art corporel.

Wutao &

WuTao est l'association de deux idéogrammes signifiant Wu=Eveil et Tao=Chemin.

Chant du souffle

Cet atelier se déroulera en deux volets, en explorant d'une part la pratique du Wutao, un art du geste contemporain, **une voie évolutionnaire fondée sur la restauration d'une onde dans la colonne vertébrale, la libération des fascias et du souffle.** Sensible et sensorielle. Et d'autre part, **le chant du souffle, pour insuffler vitalité et de la joie au cœur de chacune de nos cellules.**

*avec Julia BAUER et
Philippe MASINI*

Nous allons en cercle, en chœur et à l'unisson, jouer avec notre souffle comme on joue de la musique, apprivoiser notre respiration, varier les motifs rythmiques.

De la transe à l'extase, ça va groover !



***Julia BAUER et Philippe MASINI** se sont rencontrés autour d'une passion commune pour le Wutao et ses arts apparentés (ATA - art de la trans-analyse - et Chant du souffle), des créations originales et contemporaines issues d'un couple de Français, Imanou Risselard et Pol Charoy. Kinésithérapeute en Allemagne, la découverte de Julia avec l'art évolutionnaire du Wutao il y a 7 ans, répond au-delà de toutes ses attentes, à sa recherche conjugulée d'approches à la fois occidentales (plus analytiques), et orientales (plus holistiques).*

De formation scientifique et technique, Philippe chemine depuis plus de 30 ans dans les arts énergétiques et martiaux d'inspiration taoïste, notamment durant deux décennies auprès des créateur·rices du Wutao. Il a initié la WutaoSchool d'Aix-en-Provence en 2013 et la dirige depuis cette date.

Aujourd'hui, Julia et Philippe savourent de transmettre ensemble leur amour de l'art du Wutao, un espace partagé où chacun·e apporte les richesses de son parcours et de son histoire.

www.wutao.fr

Dimanche 17 novembre 2024 – 16h45-18h15

Danse de la paix universelle

avec ASHANI

*L*es danses de la paix universelle font partie de cette tradition immémoriale des danses sacrées, guérisseuses et transformatrices.

Célébration et méditation active par le chant et le mouvement, elles s'inspirent des mantras et phrases sacrées des traditions spirituelles du monde entier.

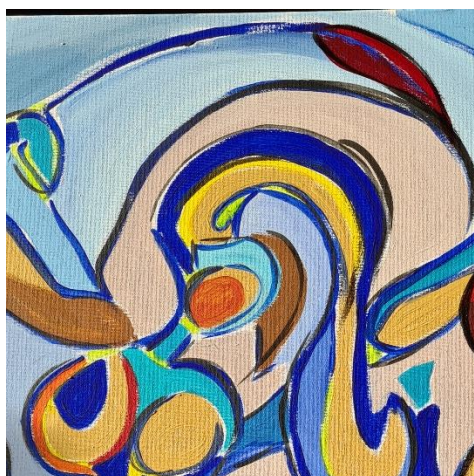
Elles honorent ce patrimoine spirituel tout en nous invitant à en dépasser les formes. Elles nous ouvrent ainsi à l'expérience de l'Unité, de la paix intérieure et du partage dans la joie. Habituellement dansées en cercle, les Danses de la Paix Universelle sont très variées et peuvent être joyeuses, légères, contemplatives, libératrices.



ASHANI pratique la méditation et le chant dévotionnel depuis de nombreuses années. La spiritualité, le mysticisme ont toujours été ses priorités. Elle a suivi l'enseignement spirituel d'un maître hindouiste en tant que Brahmacharya avec des rituels et des pratiques intensives...et aussi des partages, des rencontres et de nombreux voyages de par le monde qui l'ont ouverte aux autres cultures et traditions.

« Avec les danses de la Paix, je suis entraînée dans mes profondeurs, reliée à l'âme du monde. J'y trouve une famille de cœur et un espace d'authenticité, de profondeur, de communion dans lequel il devient facile de s'unir à soi, à l'autre, au Divin pour faire l'expérience directe, ineffable de l'UNITE et de la Paix! Je suis profondément reconnaissante à ces danses d'avoir été sur mon chemin et de pouvoir contribuer à un monde meilleur. »

*Ashani partage ces danses partout où la Vie l'y invite (Marseille) et à l'étranger. **Guide certifiée et Mentor**, elle accompagne celles et ceux qui veulent à leur tour emprunter ce chemin de guérison, de transformation, d'évolution. www.dansesdelapaixuniverselle.fr*



EXPOSITION
DANSONS EN CORPS
Anne Baradel



Née à Nancy, vaclusienne depuis 30 ans, j'ai d'abord été professeur de lettres, puis formée à l'art-thérapie. Depuis 15 ans, la peinture est devenue mon chemin d'expression privilégié, un moyen de rencontre avec moi-même et les autres à travers de nombreuses expositions.

« Sa peinture comme une urgence, une force suggestive, un face-à-face permanent où elle apprivoise ce qui surgit. Dans son univers, des corps, des visages, et des silhouettes se donnent à voir. »



Facebook : <https://www.facebook.com/annebaradelpeintre>
Mail : annethenon@hotmail.com

Prix par personne	1 Jour (Samedi ou Dimanche)	2 Jours
Jusqu'au 13 octobre 2024	80€	130€
A partir du 14 octobre 2024	95€	145€
<i>Tarif étudiant / demandeur d'emploi / RSA (sur présentation d'un justificatif)</i>		
<i>Jusqu'au 13 octobre 2024</i>	<i>70€</i>	<i>120€</i>
<i>A partir du 14 octobre 2024</i>	<i>85€</i>	<i>135€</i>

Le Festival Danse bien-être & Danse en conscience soutient le projet solidaire et social de l'association Danser lâcher prise en partenariat avec les CCAS (Centre Communal d'Action Sociale). Le projet est destiné à la mise en place d'atelier d'art-thérapie (danse et peinture) auprès d'associations œuvrant contre les violences faites aux femmes et aux plus démunis.

Comment s'inscrire?

<https://www.helloasso.com/associations/danser-lacher-prise/evenements/festival-danse-bien-etre-et-danse-er>

Infos / contacts:

Tel : 06 63 68 23 01

Email : danserlacherprise@gmail.com

Programme : www.danserlacherprise.fr



Facebook : <https://m.facebook.com/p/Festival-Danse-th%C3%A9rapie-Danse-en-conscience-100076205911954/>

Nombre de places limitées à 70 personnes.

LIEU DU FESTIVAL

Maison pour Tous Mélina Mercouri
842 de la vieille Poste
34000 Montpellier

Contact:
Tel : 06 63 68 23 01
Email : danserlacherprise@gmail.com

Se rendre à la MPT Mercouri :
Bus Ligne **9, 15, 51** ou la **Ronde** :
arrêt Pinville .
Grand parking libre autour de La
MPT Mercouri.

Un lieu convivial pour accueillir le festival ,
une grande salle lumineuse de 320 m2
entourée de baies vitrées. Un coin repos-
échanges pour se reposer et se retrouver .
Un espace parking libre .
Prévoir un repas sorti du panier.

COMMENT SE RENDRE A Montpellier?

Par le train: Montpellier est à **1h30 de Marseille, 2H de Lyon, 3H30 de Paris**
avec une offre variée de trains..

En voiture: la ville est accessible par les autoroutes A9, A709, A75

En bus : Flixbus, Ouibus/Blablabus

Hébergement : un grand choix pour tous les budgets

- A distance à pied près de la MPT Mercouri: hôtels, BnB or Air BnB
- Ou au centre ville de Montpellier, accessible à 20 minutes par le bus

Montpellier COUP DE CŒUR ASSURE!

- Montpellier, une cité dynamique, millénaire qui mêle patrimoine ancien et architecture contemporaine (Antigone, Port Marianne, l'Arbre blanc)
- Se balader dans les ruelles médiévales du centre, (l'écusson)et prendre un verre sur les belles places ombragées.
- La plage est à 10 kilomètres de la ville avec la cathédrale de Maguelone, joyau de l'art romain érigé sur une presqu'île.
- Une vie nocturne assurée avec bars, tapas, musique ...



Témoignages de la première édition

- *Tellement heureuse d'avoir participé à ce 1er festival ! J'y ai trouvé de la joie, une douce folie, beaucoup d'humanité de bienveillance, d'échange de regards profonds...*
- *Superbe florilège de danses thérapeutiques, des intervenant-es au top et passionné-es ! Merci aux festivalier-es pour leur vitalité, authenticité, confiance et bonne humeur, vos visages, sourires et grimaces resteront longtemps gravés dans ma mémoire*
- *Une parenthèse enchantée de corps à cœur à s'offrir absolument !*
- *Une découverte, un enchantement, une thérapie, un partage, une pratique ludique et professionnelle dans la joie et la bonne humeur. À l'année prochaine.*
- *Un festival absolument fabuleux que je vous recommande pour la prochaine édition!*
- *Une équipe organisatrice au top, bienveillante et chaleureuse, une programmation bien agencée entre du tonique et du plus paisible, des intervenants de grande qualité, et beaucoup de joie et d'amour !!*
- *Vivement le prochain !!!*
- *Un moment magique... De connexion à soi, aux autres, un ressourcement dans le mouvement, des découvertes de pratiques variées très riches, une super organisation et beaucoup de convivialité, simplicité, joie.... A faire absolument.....
Merci merci*

maisons
pour
TOUS

