

# MARJORIE GUIDONI

Thérapeute psycho-corporelle



"A la lumière d'une danse"

## Stage en mouvement et danse biodynamiques

Aucun pré-requis en danse nécessaire

Du 8 au 12 novembre 2023  
5 journées complètes

Château de la Linotte  
3 rue Principale  
70230 Roche sur Linotte

La danse biodynamique permet de ré-accorder son corps (tel un instrument de musique) et de libérer sa créativité en développant un mouvement spontané et inspiré.

Cette approche corporelle intègre les aspects organiques, énergétiques, émotionnels et symboliques du mouvement. La piste de danse devient le réceptacle de ce qui est présent dans nos vies.

## DU CORPS AU MOUVEMENT

Un temps de travail au sol pour revenir dans son corps et relâcher les tensions grâce à la respiration.

Libérer les blocages organiques pour retrouver un corps prêt à se mettre en mouvement dans la fluidité.

## DU MOUVEMENT A LA DANSE

Un temps d'exploration du mouvement à partir d'une structure donnée puis à travers une expression libre et spontanée. Développer la confiance dans son corps, retrouver sa verticalité et être dans le plaisir du mouvement et de la danse.



”A la lumière d'une danse”



## DE LA DANSE À LA CRÉATION

Un temps pour laisser libre cours à sa créativité. Les mouvements deviennent alors le langage du corps.

Créer, inventer, témoigner !

## TARIFS

**Stage:** 450€ (règlement en plusieurs fois possible)

**Résidence:** 455€ chambre à 2 (supplément de 20€ par jour pour une chambre seule)

Logement en pension complète.

Formule en gestion libre le soir

 +33 6 24 75 62 22

 marjorie.guidoni.pro@gmail.com

 www.lechateaudelalinotte.com