

1^{er} édition

Festival

Danse bien-être & Danse en conscience

14 et 15 Octobre 2023

Montpellier



Crédit photo Anne Baradé

Ateliers bien-être

Expression Primitive
Danse des Chakras
Danse des Orichas
Danse Transe
Danse Longo

Danse de la Paix Universelle
Danser être dansé
Wutao
La Joya
Méditation, voix et chant

Maison pour Tous Méлина Mercuri

842 rue de la vieille poste
34000 Montpellier



Infos et inscription : 06 63 68 23 01



www.danserlacherprise.fr

en partenariat avec Calor Danse

Esprit du Festival Danse bien-être & Danse en conscience

Une première
édition à
MONTPELLIER
après deux
éditions à
NANCY

Un festival qui honore les danses de guérison : la danse comme un puissant et fécond processus de soins, de bien être et de connexions. Il privilégie le corps, ses ressentis et son expression à travers le mouvement dansé, la créativité, le rythme, la voix et l'imaginaire.

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

10 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	Wutao	Danse des Orichas	Danse Transe*
Danser être dansé	Dance de la paix	Danse Longo	
Danse des Chakras	La Joya	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.

Tel : 06 63 68 23 01

Email : danserlacherprise@gmail.com

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

Contacts

06 63 68 23 01

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>

<https://youtube/TDu6m4ksQgY>



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

Planning

	Samedi 14 octobre 2023
8H45-9H	Accueil
9H-9H30	Cérémonie d'ouverture
9H30-11H	Expression Primitive
11H15-12H45	Wutao
	Pause déjeuner
14H-14H50	Bain sonore
15H-16H30	Danser être dansé
16H45-18H15	La Joya
18H30-20H30	Danse Transe* Cet atelier est <i>réservé uniquement aux 30 premiers inscrit(e)s qui souhaitent participer à cet atelier.</i>
	Dimanche 15 octobre 2023
9H-9H30	Accueil
9H30-11H	Danse des chakras
11H15-12H45	Danse Longo
	Pause déjeuner
14H-14H50	Bain sonore
15H-16H30	Danse des Orichas
16H45-18H15	Danse de la Paix Universelle
18H15-18H45	Cérémonie de clôture

Samedi 14 octobre – 09H30

Expression Primitive

avec Gisèle BARADEL

L'expression primitive ou danse rythmée est une **danse joyeuse, accompagnée par la percussion du tambour et la voix des participants. Elle puise ses racines dans les peuples premiers où la danse est un art social, collectif, ludique et soignant.**

« Accessible à tous, rythme dans les pieds, gestuelle symbolique et épurée de part son esthétisme primitiviste dont ses caractéristiques peuvent se résumer en quelques mots : simplicité, puissance, répétition, force des contrastes. » *La thérapie par la danse rythmée de France Schott Billman (Ed Jacob).*

Cette danse est une expression globale, elle mobilise le corps et la voix, les émotions et l'unité du groupe. Une danse ritualisée où chacun se (re)connecte à son danseur intérieur et ainsi se relie à soi, aux autres et à plus grand que soi.

Un atelier plein d'énergie qui lance le festival et donne à chacun le la. Pour sûr, c'est convivial, tonique 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 25 ans de l'association CalorDanse à Montpellier et intervenante dans le milieu social (CCAS, Ehad, Maison pour Tous) et éducatif (ateliers SEVE, savoir être et vivre ensemble de Frédéric Lenoir).

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 de Danse thérapie & Danse en conscience à Nancy puis à Montpellier.

www.danserlacherprise.fr

Facebook : expression primitive Montpellier

Samedi 14 octobre – 11H15

Wutao

*Eveiller l'âme du
corps et le*

Chant du souffle

*avec Julia BAUER et
Philippe MASINI*

*L*e Wutao est un art corporel.

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

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.**

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 conjugée 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

Samedi 14 et dimanche 15 octobre – 14h

« Bain sonore » Guéris-sons''

avec Maéva MICHEL

Cet atelier invite en début d'après-midi à une intégration toute en douceur avec un "bain sonore".

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

Maéva se sert de sa voix et de l'énergie pour vous aider à libérer les mémoires bloquées dans les différents corps, accéder à un mieux-être par la détente et vous re-connecter à votre essence profonde.



Maéva MICHEL chanteuse de métier, énergéticienne de formation, passionnée par l'humain et le développement personnel, 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. « J'ai compris que nous avons tous un outil formidable en nous, qui nous connecte autant à nous même qu'aux autres, mais aussi à quelque chose de plus grand que nous ».

De cette nouvelle pratique en pleine expansion (sonothérapie, yoga du son, kotakama, chant diphonique, musicothérapie) je vous propose une approche personnelle, forte de mes expériences passées et à venir.

Samedi 14 octobre – 15h00

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. »

Dimanche 15 octobre – 16h45

La JOYA

avec Gisèle Baradel

La JOYA (art of joy) est une pratique d'épanouissement et art de vivre.

Son créateur Bruno Giuliani , professeur agrégé et docteur en philosophie, facilitateur de Biodanza en parle ainsi : **Un atelier de Joya a pour but d'activer notre joie dans les six dimensions du bonheur humain** : Joie d'être soi (auto-estime), d'être en relation (amour), d'être au monde (sérénité), d'être créateur (enthousiasme), d'être en conscience (bonheur), d'être dans l'unité (béatitude).

Subtile alliance entre méditation, danse vivancielle et philosophie intuitive, la Joya développe la liberté créatrice et favorise l'épanouissement humain pour tous les âges.

Ne demandant aucun apprentissage, elle invite à vivre pleinement la joie de vivre le moment présent sans dissocier le ressenti, la pensée et l'action. Elle permet de se libérer de ses frustrations en transformant progressivement nos affects passifs en joies actives selon le philosophe Spinoza.



Gisèle BARADEL, 25 ans d'accompagnement par le corps en mouvement avec diverses techniques de danse comme la danse de loisirs : salsa, rock and roll, samba) mais aussi la danse thérapie (expression primitive) s'est aussi formée à la Joya auprès de son créateur Bruno Giuliani.

« Ce que j'apprécie dans la Joya, c'est sa simplicité, sa légèreté, sa puissance et sa gaité. Cela touche nos cœurs d'enfant. Les musiques choisies sont variées et inspirantes, elles nous amènent dans un beau voyage » .

www.danserlacherprise.fr

Facebook : expression primitive Montpellier

Samedi 14 octobre – 18h30

La transe existe depuis des siècles, des millénaires sans doute mais la T.T.T. (Terpsicore Transe Thérapie) a été créée en 1965 par le psychiatre brésilien, le docteur David Akstein. Jacques Donnars, psychiatre et psychanalyste lui-même l'a introduite en France dans les années 1970.

Outil remarquable, **la transe modifie notre état de conscience** et développe ainsi le chemin de notre propre initiation personnelle. Elle est une plongée vers un dedans plus archaïque qui nous permet de libérer les énergies pulsionnelles enfouies au fond de notre inconscient, sans toutefois dépasser le seuil fixé par notre morale. **Elle permet aussi un accès presque direct aux blessures de notre histoire** ; il est alors possible qu'au travers de la transe, elles se diluent et disparaissent pour laisser place à des états de libération, de joie profonde, à des visages lumineux. **Protégé par le groupe, en musique, chacun va pouvoir exprimer son ressenti.**

<https://transendansetherapie.wixsite.com/site/about>

**Cet atelier est réservé uniquement au 30 premiers inscrit(e)s qui souhaitent participer à cet atelier.*

Danse Transe

avec Carole CARAYON
& Sofie GARBIT



Art-thérapeute de formation clinicienne, **Carole CARAYON**-anime les ateliers de T.T.T depuis 2009, formée par Claude Neilz et Gilbert Clerc. La Terpsicore Transe Thérapie m'a permis de mieux vivre mon corps, d'être à son écoute, et m'accompagne tous les jours dans mon évolution personnelle pour devenir plus libre et plus heureuse. Plusieurs années de travail personnel (psychanalyse, constellations familiales, kinésiologie, gestalt thérapie, EMDR, EFT, art-thérapie) m'ont accompagnée et amenée à une prise en compte globale de la personne. Aujourd'hui, j'anime des ateliers d'art-thérapie de groupe, j'interviens dans une maison familiale auprès d'adolescents en difficultés et j'exerce en cabinet privé à Bédarrides (proche Avignon 84).

<https://www.art-therapeute-clinicienne.fr/qui-suis-je>



Art Thérapeute Clinicienne, **Sofie GARBIT** a rencontré la transe thérapie auprès de Claude Nielz et Gilbert Clerc en 2004 tous deux formés auprès de J. Donnars. Depuis, elle n'a eu de cesse que vive cet espace thérapeutique libérateur hors du commun. Naturellement, elle a fini par organiser, et co-animer les T.T.T.

Elle intervient en centre hospitalier psychiatrique, anime des ateliers de Dessin Centré "Mandala" et des ateliers de Mouvement Dansé- peinture en direction d'un public adulte, et accompagne par la pratique art-thérapeutique des adultes, en petit groupe et en individuel sur Avignon et en individuel, Enfant, Adolescent, Adulte.

<https://www.associationlamaqie.com/>

Dimanche 15 octobre – 09H30

Danse des chakras

avec Marie-Anne
GAILLED RAT

Enraciné dans la terre, en élan vers le ciel, venez sentir ce que sont vos chakras, en conscience, pleinement dans votre corps. Vous découvrirez ainsi l'énergie et le parfum de chaque chakra au-delà de toute explication ésotérique.

Nos chakras, ainsi mis en conscience, vont permettre d'éveiller cette énergie que l'on appelle la kundalini.

Vous participerez ainsi à la danse de l'univers. Les couleurs de l'arc-en-ciel se révèlent en vous, danse lumineuse et joyeuse de notre nature divine.

Nos énergies subtiles sont voilées par nos conditionnements, nos croyances et nos conflits intérieurs. Cela s'inscrit dans notre corps depuis le sexe jusqu'au troisième œil, centre de la conscience claire. Par la danse, vous aidez le corps à libérer des énergies spécifiques enfouies dans chaque espace correspondant. Plan par plan, étage par étage, de l'ombre à la lumière, ces danses amènent vers un retour à soi.

Dans l'intensité, la joie et la présence, retrouver l'unité de notre être.



Marie-Anne GAILLED RAT a passé sa vie en quête d'elle-même. Passionnée, c'est dans l'acceptation totale de toutes les émotions, de toutes les dimensions de la vie, qu'elle a guéri d'une maladie qui a failli l'emporter. Depuis, son passé d'enseignante, sa quête spirituelle, son besoin d'enracinement, ses questionnements sur la naissance, l'enfance, le développement de la vie, l'ont amenée à sa passion actuelle, l'accompagnement des personnes et des groupes.

Rebelle dans l'âme, autodidacte, femme, mère de famille, grand-mère, elle se passionne de recherches et de nouvelles compréhensions.

Elle choisit d'accompagner les femmes et les hommes sur le chemin du Tantra, un chemin vers l'être pleinement présent, corps, sexe, cœur, conscience, l'intégration des énergies féminines et masculines et dont le cœur est la porte. Elle accompagne avec générosité sur cette voie depuis bientôt 15 ans les êtres dans une découverte d'eux-mêmes qui leur appartient et permet une vraie relation à soi et à l'autre.

www.meditationfrance.com/therapie/vincent

<https://www.tantraaucoeurdeletr.com/qui-sommes-nous/marie-anne-gailledrat/>

Dimanche 15 octobre – 11H15

LONGO

Danse initiatique d'ancrage

avec MATONDO

*L*e Longo, initié par Elima Dely Mputu est **une danse méditative, africaine d'Ancrage dans l'Être.**

Danse de guérison issue de danses chamaniques du Congo, il réveille en nous la mémoire des sagesse ancestrales.

Le Longo est là pour nous rappeler qu'il n'y a pas de différence entre le monde matériel et le monde spirituel. Les deux cohabitent, sont indissociables et fonctionnent ensemble. La pratique du Longo ancre en nous l'esprit de lumière que nous sommes pour que notre essence véritable prenne corps.

La danse Longo est très ritualisée, avec des invocations en ouverture et un partage oral en fin de séance.

L'attention est portée sur les ressentis du corps. Respiration consciente, méditation debout, yeux clos dans le mouvement, temps d'intégration au sol, danse dans chacune des directions, tout cela, permet d'entrer profondément en soi. . Nous nous délestons de ce qui nous encombre, de ce qui nous empêche d'être pleinement nous-même.

Le longo devient un art de vivre.



MATONDO : *«Je suis une amoureuse de la danse depuis toujours. J'ai commencé l'apprentissage toute petite dès l'âge de 4 ans. J'ai appris plusieurs styles de danse (danse contemporaine, salsa) dans différentes écoles, associations et conservatoires.*

Diplômée professeur de danse jazz, j'ai enseigné et je me suis produite sur scène dans différents lieux, pays et pour diverses compagnies. En 2023 j'ai créé ma propre compagnie Cie Lelo Nsai (aujourd'hui la joie en lingala).

Au bout de quelques années de carrière, je me suis naturellement dirigée vers la danse-thérapie puis vers la danse de guérison. En 2015, j'ai rencontré Elima, le créateur du Longo. Depuis, comme une évidence, c'est à ses côtés que je chemine. Je suis devenue ambassadrice de danse Longo.

J'ai eu la chance de faire, d'un parcours semé d'embûches, une force. Les épreuves traversées me permettent aujourd'hui de me sentir en parfaite harmonie. Grâce au Longo, je peux également accomplir ma vocation de cœur, celle d'accompagner les personnes sur leur propre chemin de guérison.

Dimanche 15 octobre – 15h

Danse des Orichas

avec Claudine GIRAL

*A*ccordage et Concordance

Une danse en dynamique évolutive

Une exploration « des structures fondamentales de l’ancrage » au travers des danses Orichas .

L’ancrage est un jeu musculaire nous reliant à la terre et au ciel par l’élaboration active de notre axe. On y trouve nos centres les plus importants comme l’espace du cœur qui serait en quelques sorte le messenger entre l’esprit et le corps . Prendre soin de son axe c’est aussi prendre le temps de s’aligner, s’accorder et vibrer avec tout ses « soi ».. C’est aussi le moment de revisiter nos appuis indispensables à toute axialité. L’ajustement des masses corporelles autour de notre axe nécessite une exploration consciencieuse. Elle permet de développer sa mobilité et préserver un équilibre source de bien être qui nous mènera aux portes du lâcher prise.

« Les pieds sur terre, la tête dans les étoiles »



Claudine GIRAL : Danse thérapeute (Irpecor), professeure de danse Afro Cubaine (CNEARTE la Havane), artiste danseuse, éducatrice sportive et relaxologue basée à Montpellier.

Claudine Giral a 30 ans d’expériences professionnelles dans la danse.

Initiée en Afrique puis à Cuba à des danses ancestrales et leurs rites fondateurs, elle a mis en lumière un dispositif de structuration psychocorporelle dans la danse des Orichas, divinités du panthéon Yoruba Afro Cubain.

Depuis 15 ans, elle intervient auprès de diverses structures d’accompagnement, notamment PJJ en service d’accueil pour adolescents et en centre de détention pour les mineurs. Elle intervient aussi auprès d’associations d’aide aux femmes en difficulté en tant que relaxologue ou danse thérapeute.

Elle anime des stages tout public en France.

www.combinacion-perfecta.com

Samedi 14 octobre – 16H45

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.



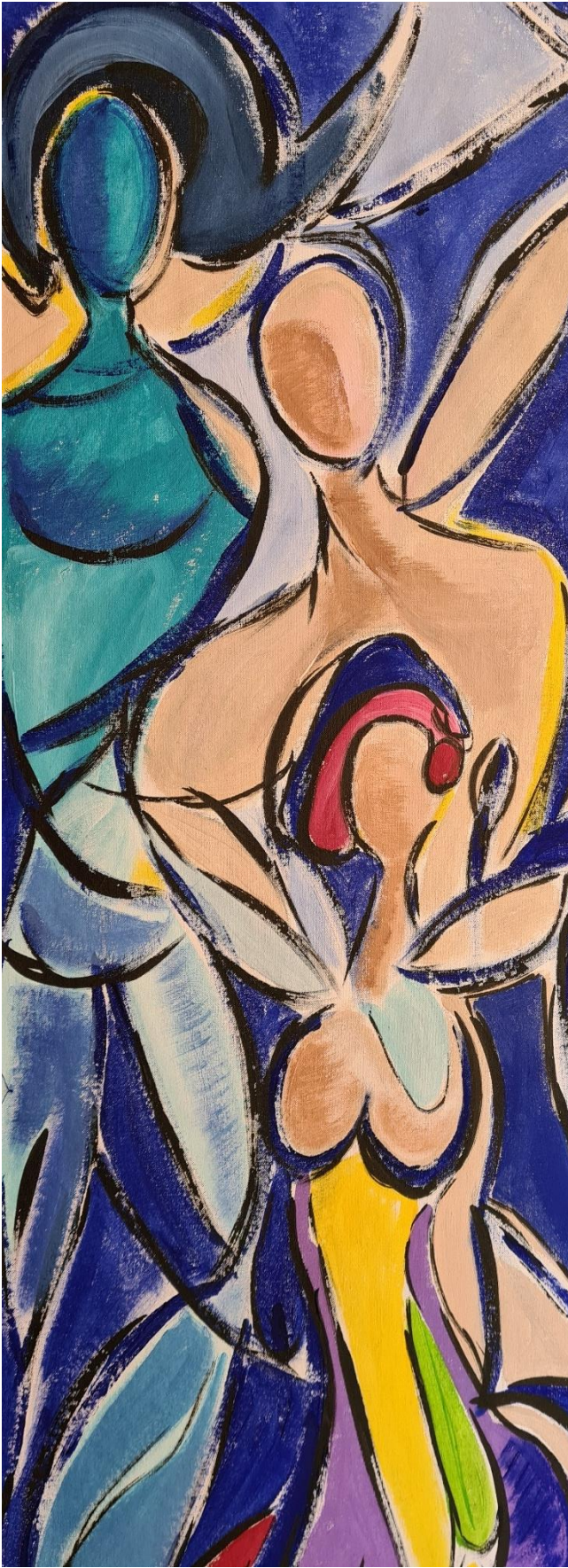
***ASHANI** pratique la méditation et le chant dévotionnel depuis de nombreuses années . La spiritualité, le mysticisme ont toujours été ses priorités. Elle a suivi l'enseignement spirituel d'un maître hindouiste en tant que Brahmacharya avec des rituels et des pratiques intensives...et aussi des partages, 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 10 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 24 septembre 2023	80€	130€
A partir du 25 septembre 2023	95€	145€
<i>Tarif étudiant / demandeur d'emploi / RSA (sur présentation d'un justificatif)</i>		
<i>Jusqu'au 24 septembre 2023</i>	<i>65€</i>	<i>115€</i>
<i>A partir du 25 septembre 2023</i>	<i>75€</i>	<i>125€</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-en-conscience>

Infos / contacts:

Tel : 06 63 68 23 01

Email : danserlacherprise@gmail.com

Programme : www.danserlacherprise.fr

(Cliquer sur Festival Danse Thérapie puis Programme dans la barre de menu)

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

*Nombre de places limitées à 100 personnes.

LIEU DU FESTIVAL

Maison pour Tous Méлина 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 (ouigo, inoui).

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 ...
- Montpellier-Sète 2028 : Future Capitale européenne de la Culture ?





+ 20 ans d'expérience



meditationfrance®

Le portail web de la spiritualité aujourd'hui