

# STAGE DANSE THÉRAPIE



Avec Sylvie ALLEMAND,  
professeure de danse diplômée d'Etat

**LES 21, 22, 24  
ET 25 OCT.  
DE 10H À 12H  
ESPACE JURIETTI**

## AU PROGRAMME

### JOUR 1

Mon Dos, mon Pilier  
Comment j'explore la mobilité,  
la flexibilité et l'adaptabilité que  
j'ai dans la vie à travers mes  
articulations

### JOUR 2

Harmonisation des chakras,  
danse de l'Etre, les 5 rythmes

### JOUR 3

Coeur de danse, je danse la joie,  
l'Amour que j'ai pour moi, pour  
les autres et celui que je reçois

### JOUR 4

J'expérimente les qualités, les  
symboliques des animaux  
totem à travers ma danse

### TARIF :

60€ les 4 jours + adhésion



la canopée mjc centre social



la\_canopee\_mjc



Mjcpv.fr



### + D'INFOS :

La Canopée MJC Centre Social  
Centre Culturel Louis Aragon  
26800 Portes-lès-Valence

04 75 57 00 96  
accueil@lacanopee26.fr

