



WEEK-END FEMMES - RÉSIDENTIEL -
DU 12 JUILLET 2024 - 17 H | AU 14 JUILLET 2024 - 17 H

"Si tu veux danser, danse ce qui compte,
Danse honnêtement,
Danse la douleur et la joie, l'obscurité et la lumière."

Extrait d'un poème de Daria Halprin

LES HANCHES AUX PLURIELLES

BODY-MIND CENTERING®, LIFE ART PROCESS®
& SKYDANCING® TANTRA

Corps, mouvement, intimité et créativité

Et si votre bassin pouvait vous parler, que vous raconterait-il ?

Vous désirez rencontrer vos potentiels, vous relier aux sensations de votre corps et mettre votre vitalité en mouvement ?

Rejoignez-nous lors d'un temps suspendu & ressourçant en nature. Vous irez à la rencontre de votre créativité, de votre intimité, de votre histoire personnelle, de vos limites, soutenue par une sororité bienveillante. Ensemble, nous explorerons comment accueillir et nourrir nos désirs & nos besoins profonds en lien avec les cycles qui nous traversent. Nous utiliserons la méditation, la respiration, le mouvement et la danse, le dessin et l'écriture avec le Body-Mind Centering®, le Life Art Process® et le SkyDancing® tantra pour accompagner ce processus de (re)trouvaille.

OUTILS

Le **Body-Mind Centering®** (Bonnie Bainbridge Cohen) est une anatomie expérimentale, c'est-à-dire par votre propre expérience en tant que sujet ressentant, vous permettre de découvrir, les différents systèmes du corps grâce au toucher, au mouvement. <https://www.soma-france.org/>

Dans le **Life Art Process®** (Anna et Daria Halprin) les espaces personnels, artistiques sont reliés facilitant le changement et la transformation d'une vie riche d'expériences authentiques dans et hors studio. L'art informe notre vie, les expériences de vie soutiennent notre art. Et ce à travers notre corps. <https://www.tamalpafrance.org/>

Le **SkyDancing® tantra** (Margot Anand) fait parti du néo-tantra. L'exploration individuelle par la méditation, le toucher, le mouvement permet les prises de conscience pour gagner en joie & en vitalité. <https://tantraskydancing.com/fr/>

INTERVENANTES



Nathalie CHAZEAU Danseuse, éducatrice somatique en Body-Mind Centering®, praticienne Life Art Process® et psychopraticienne relationnelle (membre certifiée de la Société Française d'Analyse Bio-Energétique de Paris), licenciée en Psychologie.

Sentir son corps, s'exprimer par son mouvement, faire de la place à son émotion, trouver ses propres mots, dans la relation à l'autre, à son environnement est l'essentiel de ma quête. J'accompagne cette traversée, la rend visible, créative en groupe ou en cabinet en individuel. Également, j'interviens sous formes d'ateliers, de stages/formations, de créations : Arfrips, INFIPP, Subsistances, CNSMDL, Lieues, CHU de St Cyr au Mont d'or, Fac de médecine de Lyon 1, au DU Pratiques somatiques transformé récemment en la formation Le sens du vivant avec la Compagnie Passaros, Cie Strates, Traboules en vidéo-danse... Membre active de JamIn Lyon.



Vivika Blondiaux Coach professionnelle en organisation & planification, Moon Mother, enseignante certifiée de tantra (SkyDancing® tantra).

Pour moi, le tantra permet à chacun.e d'être au plus proche de sa vérité. C'est l'un des moyens qui autorise à expérimenter la multitude d'émotions qui nous constituent tout en apprenant à accueillir ce qui nous traverse. L'un des enjeux de la vie est de gagner en fluidité avec soi-même & l'extérieur, tout en restant vivant & autonome.

J'anime des ateliers de SkyDancing® tantra à Lyon, des stages pour femmes autour de la sororité & de la sexualité féminine et un accompagnement tantrique spécifique pour les couples.

INFORMATIONS PRATIQUES

Dates : du vendredi 12 juillet, arrivée vers 17 h au dimanche 14 juillet, fin à 17 h.
Stage en résidentiel dans la Drôme, à Marsaz, à 1h15 de Lyon, gares à proximité, co-voiturage envisagé.
<https://www.lacledesoldrome.com>

Frais pédagogique : Paiement en conscience Prix solidaire entre 220€ à soutien 350€
70 € d'arrhes par chèque à envoyer, non remboursable 30 jours avant le début du stage.

Hébergement : chambres de 1, 2, 3 ou dortoir et repas compris, menus végétariens (petits déjeuners, déjeuners, dîners) de 150€ à 190 €, 3 places de camping possibles (avec repas) 134€

Entretien téléphonique au préalable avec et paiement global à :
Nathalie Chazeau 06.77.11.76.29 / nathalie.chazeau@gmail.com Vivika Blondiaux 07.65.23.52.76 / intimitetantra@gmail.com