

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES



ACCUEIL DU NOUVEL ARRIVANT

Granville Terre et Mer



Danse Instinctive Naturelle

Animation "Bien-être"

dans les locaux de la Bouchonnerie
(grande salle)

Le vendredi

De 09h15 à 10h15

Animatrice : Claudine Desbonnet

« La danse instinctive vous aide à ressentir et à prendre de votre corps. Cette danse se fait avec des musiques douces, stimulantes, permettant à votre corps de se libérer. Danser, pour jouer, partager, pour être en mouvement.

Ecoutez et fermez les yeux... Laissez le corps aller... Il entre en mouvement... Respirez, prenez le temps de ressentir... de vous ouvrir à la créativité de l'instant.

Cette méthode d'expression spontanée est ouverte à tous, quels que soient sa condition physique, son âge, son expérience ou inexpérience de la danse.

Danser... tout simplement..."

Pour tout public