

# Stage de Biodanza Aquatique

Du vendredi 16 Aout (17h) au dimanche 18 Aout 2024 (17h)  
A Candé (Région d'Angers)



Stage coanimé par [Elisabeth GABORIT](#)  
et [Annabelle DORLEANS](#)



Joie et Plaisir,  
Ressourcement,  
Renaissance à soi ...

La **Biodanza aquatique** se pratique en groupe, dans une piscine chauffée à 36° C, dont la profondeur est de 1,20 m.

Cette eau chaude offre une **expérience relaxante et régénérante...**  
Elle permet de **diminuer** les tensions et les états de stress. Nous nous sentons plus légers car « **portés** » par l'eau.



Nous redécouvrons le plaisir communicatif de l'eau.  
**Danser, jouer avec l'eau** et les autres, nous reconnecte à des plaisirs simples, spontanés, parfois oubliés.  
L'enfant intérieur retrouve alors **son élan vital**, sa joie, son innocence, **son plaisir rayonnant...**

Danser dans l'eau nous permet de goûter à sa qualité de **fluidité... d'accueil** de ce qui est...  
**Juste équilibre** entre contrôle et lâcher-prise...  
et de l'installer avec **bonheur** dans sa vie, ses relations...



Dans l'enveloppement naturel de l'eau chaude,  
la bienveillance des petits groupes et les pratiques guidées  
par la musique nous conduisent à entrer, **en sécurité,**  
dans **un puissant ressourcement.**



Progressivement, il se produit une **profonde régression**  
qui nous replonge dans les sensations originelles  
de baigner dans le liquide amniotique,  
en lien avec nos **premières émotions.**

Durant le stage, chacun a la possibilité de vivre  
une **transe de flottaison,**  
vivencia de profonde **plénitude,**  
un « **Rituel de Renaissance** » ...



**Pouvoir renaître à soi-même, à sa puissance de vie  
et d'amour, dans une expansion de conscience  
qui nous relie à l'unité cosmique.**

\*\*\*\*\*

**Qui sommes- nous ?** Cliquez sur notre nom ci-dessous pour des infos sur « [Biodanzaenlien.fr](http://Biodanzaenlien.fr) »

**Elisabeth GABORIT et Annabelle DORLEANS**

## **INFOS PRATIQUES**

Le stage débute le **vendredi 16 Aout 2024 à 17 h** et se termine **Dimanche 18 Aout 2024 à 17h maximum.**

**Prix du stage** de Biodanza aquatique : **160 €** si inscription avant le 1<sup>er</sup> mai 2024  
**180 €** au-delà du 1<sup>er</sup> mai 2024

**Repas et hébergement : 175 €**

**Nombre de places limité** (Capacité de la piscine)

La pension complète comprend les repas depuis le vendredi soir jusqu'au dimanche midi, et les douceurs pour les pauses....

L'hébergement est en chambre de 2 à 3 personnes, avec salle de bain.

Olivier nous prépare une nourriture saine et variée

La vivencia d'accueil se fera en salle le vendredi après- midi, puis les suivantes seront dans l'eau, dont la première dès le vendredi soir.

La piscine, couverte et chauffée à 36°C, a une profondeur de 1,20 m. Il n'y a pas besoin de savoir nager.

Ce stage de Biodanza Aquatique **nécessite d'avoir déjà une pratique confirmée de la Biodanza.**  
**Il ne s'adresse pas à des débutants.**

Renseignements et **Inscription possible après contact** auprès d'**Elisabeth (06 15 31 19 39)**  
ou **Annabelle (06 41 43 45 90)**

Le formulaire d'inscription, ainsi que les modalités pratiques, vous seront ensuite envoyés.