

CORPS SENSIBLE

Stage de Danse des 5 Rythmes

Niveau Heartbeat®

Le corps sensible s'apprivoise, s'écoute. La réelle puissance découle de cette délicatesse. Imaginez, sentez ce corps sensible comme cet espace de vérité avec soi, unique et vivant, artiste et vibrant.

Dans la danse, c'est prendre le temps de revenir en soi, de laisser la respiration porter le geste. Dès ce retour au cœur de qui l'on est, la danse peut suivre avec délice cette impulsion de vie.

Le geste peut suivre son chemin, se laisser porter dans l'espace, Être, rencontrer, créer avec justesse et délicatesse.

Des émotions peuvent émerger, se transformer, glisser dans notre chorégraphie, donner une densité.

C'est toujours une forme de voyage que je vous propose, un voyage à saisir.

Cette pratique de danse des 5 Rythmes® offre mille possibilités de découvertes et de rencontres. Il y a juste à faire le premier pas.

Ce stage s'adresse à des personnes ayant déjà une pratique de danse ou de mouvement.



Marc Silvestre est professeur accrédité de danse des 5 Rythmes niveau Wave® et Heartbeat® et coach certifié.

En 2010-11, il se forme avec Gabrielle Roth et son équipe aux Etats-Unis. Depuis il propose des cours et des stages en France, Suisse, Belgique, Lituanie...



Coaching : certifié coach professionnel Marc propose, lors de séances individuelles ou en entreprise, un accompagnement à travers le corps et le mouvement.

Informations et inscriptions

Dates : Samedi 11 février de 11h à 17h
Dimanche 12 février de 11h à 17h

Lieu : Centre Estelle Bichet 23, rue de la Servette
1201 Genève

Tarif : 300 chf / 260 chf tarif réduit /
220 chf pour une inscription avant le 15 janvier
2023.

Contact : Sara Cereghetti
waveyoursoul@gmail.com
www.waveyoursoul.com
+41 79 314 50 44



www.marcsilvestre.com