

AVEC EMMANUELLE RIFFARD

9h-11h



Séance à l'unité: **SAM.25/01/2025**

Forfait 5 séances

Adhérent: 35€

SAM.15/03/2025

Adhérent: 150€

Non adhérent :

SAM.12/04/2025

Non adhérent :

42€

SAM.17/05/2025

157€

SAM.07/06/2025

SALLE LAC/CHÂTEAU

La Qi Dance créée par Maître KeWen, offre une expérience métissée, entre la richesse des arts internes asiatiques (tai chi/ Qi gong), et l'expression créative de la danse. Il se différencie des autres techniques d'arts internes par son côté spontané, instinctif qui permet de communiquer avec le monde et avec soi.

Le Qi-Dance ouvre un nouvel espace d'expérience, il permet de développer une conscience du corps basée sur l'unité souffle-corps-esprit. Il appelle à la liberté de danser dans la vie, la liberté dans le corps, cette méthode favorise une transformation des relations à soi, aux autres et à l'environnement.

Il consiste à revenir à la conscience du corps pour le faire vibrer aux rythmes de différentes musiques, cette conscience vient enrichir tous les chemins qui mènent vers soi, par la voie du Qi (énergie).

Accessible à tous, même à celles et ceux qui ne prétendent pas savoir danser.

Atelier 2h :

1ère partie, préparation et mouvement de base, 2nd partie, danse spontanée aux rythmes de la musique.