

INFORMATIONS



MOLSHEIM Centre socio culturel

(Salle de Danse)



Début le samedi 04 octobre 2025



DURÉE : 01:15

Prix : **206.00 €**

PROFILS : Professeur de danse

PRE REQUIS :

Pas de prérequis particulier, les mouvements sont très doux ; pas de contre-indication à la pratique sportive douce.

Avis médical nécessaire en cas de pathologie.

MATERIEL :

tenue souple et confortable

CODE ACTIVITÉ : 10MO0834

DESCRIPTION

La danse bioharmonique s'inscrit dans la lignée initiée par Isadora Duncan et François Malkovsky, créateurs de la Danse Libre.

La danse bioharmonique permet de (re)découvrir le mouvement juste dans le respect des lois anatomiques, physiologiques et physiques. Sa pratique met en jeu l'ensemble du corps de façon fluide dans un mouvement global et organique et dans une dynamique positive intimement liée à la respiration. Il en découle une harmonie et un bien-être du corps libéré de ses tensions inutiles. La relation mouvement-musique est une composante essentielle du travail et permet de transformer les ondes sonores en ondes visuelles.



OBJECTIFS

Habiter son corps, sentir son espace intérieur et l'espace extérieur.

Fluidifier ses mouvements, les rendre harmonieux.

Améliorer sa coordination.

Développer son écoute musicale, sa sensibilité et ses capacités d'expression.

Améliorer la confiance en soi et sa relation avec les autres ainsi que sa créativité.

SÉANCES

| Jour | Date | Horaire | Durée | Lieu |
|--------|------------|---------|-------|---|
| Samedi | 04-10-2025 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 11-10-2025 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 25-10-2025 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 15-11-2025 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 22-11-2025 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 29-11-2025 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 06-12-2025 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 13-12-2025 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 20-12-2025 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 10-01-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 17-01-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 24-01-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 31-01-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 07-02-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 14-02-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 07-03-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 21-03-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 28-03-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 02-05-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 09-05-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 23-05-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 30-05-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 06-06-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |
| Samedi | 13-06-2026 | 10:15 | 01:15 | Centre socio culturel, 6 rue de Notre Dame - 67120 MOLSHEIM |