



## INFORMATIONS



M2A UP19

(Yoga)



Début le jeudi 25 septembre 2025



DURÉE : 02:00

Prix : **180.00 €**

PROFILS : facilitatrice de Biodanza

PRE REQUIS :

Aucun. Nul besoin de "savoir" danser, juste l'envie de mettre plus de vie dans sa vie.

MATERIEL :

Pour votre confort, pensez à apporter un tapis de sol, un coussin ou zafu (coussin de méditation), un plaid, une bouteille d'eau, une tenue souple, votre plus grand sourire. La Biodanza se pratique pieds nus.

CODE ACTIVITÉ : 10MA847

## DESCRIPTION

Déployez vos potentiels par la musique, le mouvement dansé et le lien à l'autre. Se sentir pleinement vivant. Ce chemin passe par la danse, le corps en mouvement dans l'interaction avec les autres, dans l'expression de soi librement. La Biodanza nous invite à vivre un mouvement habité, plein de sens, qui nous plonge dans l'ici et maintenant avec intensité.

"Plus je me connais... plus je vais vers les autres... plus je vais vers moi"



## OBJECTIFS

La Biodanza nous invite par la danse à développer notre vitalité, notre joie de vivre et notre créativité, à affirmer notre identité dans la joie, le rire et le mouvement.  
Vivez, volez, dansez !

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Jeudi	25-09-2025	14:15	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	02-10-2025	14:15	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	09-10-2025	14:15	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	16-10-2025	14:15	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	06-11-2025	14:15	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	13-11-2025	14:15	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	20-11-2025	14:15	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	27-11-2025	14:15	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	04-12-2025	14:15	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Jeudi	11-12-2025	14:15	02:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE