



Séance Découverte de **BIODANZA®**



Jeudi 16 mai
19h30-21h30

La Biodanza® nous invite au plaisir de nous sentir vivants, tout simplement !
Sur des musiques variées (rythmes latinos, africains, musique pop ou classique) et soigneusement sélectionnées, elle nous propose des mouvements simples et respectueux du corps humain. Ces « danses » sont accessibles à tous et se réalisent seul, à deux ou en groupe. Dans la vitalité ou la détente, elles nous invitent à l'authenticité et au plaisir d'être ensemble.

Séance ouverte à tous

Aucune aptitude physique requise, nul besoin de « savoir danser »
La Biodanza se pratique de préférence pieds nus, dans une tenue confortable.

Tarif « découverte » : 5 euros

Auberge de Jeunesse de Rouen, 3 rue du Tour
TEOR T2-T3 arrêt 'Auberge de Jeunesse' - Possibilité de se garer sur place

Renseignements auprès de Nina Dupré : 06 58 29 24 57 / nina.dupre@gmail.com

Association Covivences <http://covivences.unblog.fr>