

...A NOTER ... A NOTER ... A NOTER ... A NOTER...

LES PROCHAINS STAGES 2019-2020

organisés par l'Association Chemins d'Eveil



Danse Butoh

samedi 23 novembre 2019

avec Valentina Ferraro,
professeure de danse butoh

Villeneuve-sous-Pymont
(à côté de Lons-le-Saunier)

Valentina démarre sa formation à la danse butoh à Palerme en Italie en 2002. Elle a créé différentes chorégraphies et organisé différentes activités artistiques en Espagne. Elle est arrivée en France en 2011.

La **danse butoh** est née au Japon à la fin des années 50. C'est une démarche créant un rapport entre esprit et corps dans le mouvement, invitant à la méditation. Le danseur se focalise sur son centre, ses sensations, son imaginaire et son rapport à l'environnement.



Yoga (thème à définir)

samedi 15

et dimanche 16 mars 2020

avec Barbara Litzler,
professeure de yoga

salle de sports de Perrigny
(à côté de Lons-le-Saunier)

Formée en yoga à l'école de Yoga Anne Brugger de Genève, **Barbara** a donné ses premiers cours en 1981 à Genève puis à partir de 1989 en région parisienne. Elle s'est également formée au yoga prénatal avec Anne Brugger, pionnière en Suisse de « l'accouchement sans douleur » et en fasciathérapie et mouvement sensoriel à Genève selon la méthode Danis Bois. Elle a publié « **Les saisons du yoga** » Éditions Almora.