



Envie de prendre un moment pour soi,
de se connecter à son corps et exprimer
ses émotions à travers le mouvement?

Passionnée par la danse, je propose un atelier axé sur le mouvement,
outil central pour se connecter à son corps et pour exprimer ses
émotions.

Etymologiquement, le mot « émotion » signifie «mettre en mouvement ».
Une émotion a donc besoin de circuler. Et pour faire circuler une
émotion, il faut passer par le corps, par le mouvement et c'est pourquoi
j'ai souhaité appeler cet atelier : A-corps : qui signifie retrouver un
accord entre le corps, les pensées et les émotions à travers le
mouvement.

Cet atelier est proposé uniquement pour les femmes.
J'aurai le plaisir de vous accueillir le 22 novembre 2024 de 14h à
15h30 à la maison de la Visitation, rue de l'Hôtel-de-Ville 3 à Martigny.

Proposé dans le cadre d'Addiction Valais
Inscription auprès de Iris Theux
iris.theux@addiction-valais.ch
027.723.60.66