

DANCE WITHIN

BALLA

SENT

VIU

ORGANITZA
ESTEL

Centre de Creixement
Personal i Escola d'Estudis
Integrals
www.estel.es

QUÈ ES

Dance Within és una pràctica que convida a endinsar-se en la dansa de la vida i a aprendre a fluir amb el seu moviment cíclic entre l'activitat i el repòs.

És la dansa que tots i totes portem dins. Creem un clima d'inspiració per deixar fluir el nostre propi moviment genuí i innat, el que surt de dins quan no reprimim ni imitem el moviment dels altres.

Oferim una sessió de tres hores, en un espai càlid i acollidor, lliure d'estereotips i condicionants socials.

T'acompanyem per mitjà de la respiració i amb l'ajuda de la música fins a connectar amb la teva dansa interior.

A QUI VA ADREÇAT

A totes les persones que vulguin gaudir experimentant, descobrint les possibilitats del moviment corporal.

També a totes les persones que es vulguin conèixer mitjançant l'expressió corporal, potenciar la seva pròpia identitat genuïna, sentir el fluir de l'energia, l'alegria de viure, i aprendre a relacionar-se amb els altres en el marc de la dansa, sense deixar de ser un/a mateix/a.



ORGANITZACIÓ

PERIODICITAT: mensual

- DIA DE LA SETMANA: dissabte
- HORARI: 17h a 19.30h
- CALENDARI:

2017: 25 nov	2018: 20 gen
16 des	24 feb
	24 mar
	21 abr

- LLOC: BARCELONA (informarem de l'espai uns dies abans)

INVERSIÓ: 12/€ una sessió
(Informa't dels decompes)

- Cada sessió és independent però CAL CONFIRMAR ASSISTÈNCIA:

Mail: gloriabas@gmail.com
WhatsApp: 609212022

COORDINA

Glòria B. Playà.
Mestra, Diplomada en Transformació Holística, aplicada a l'Holoteràpia i a l'Educació. El meu procés personal ha estat totalment vinculat al cos i, tot i no treballar amb cap tècnica en concret, he experimentat amb el cos i el moviment com a eina per expressar continguts profunds.