

## Ateliers

### Méditation - Massage - Mouvement

samedi 15 avril 2017  
samedi 29 avril 2017  
samedi 20 mai 2017  
samedi 24 juin 2017

animé en alternance par  
Isabelle Sarne et Emmanuel Grivet

lieu : école de danse studio 3  
5 impasse Baylac, 31130 Tournefeuille

horaires : de 15h à 18h

tarifs : 15 €  
*tarif unique pour chaque atelier*

information : [emmgrivet@free.fr](mailto:emmgrivet@free.fr) / 06 86 415 429  
[isarne@hotmail.fr](mailto:isarne@hotmail.fr) / 06 43 788 562

### Contenu de l'atelier

Trois moments menant vers un partage de mouvement et de danse ouvert, sensible et joyeux.

- un temps de **méditation / respiration** ou la respiration comme mouvement intérieur et massage organique profond  
*se retrouver / se centrer*
- un temps de **contact / massage**  
ou le contact comme une respiration à deux en mouvement  
*accompagner et recevoir*
- un temps **dérivé du Mouvement Authentique**  
ou le flot intérieur comme germe et support du mouvement  
*s'abandonner / être dansé*

### Les intervenants

**Emmanuel Grivet**, chorégraphe, danseur et pédagogue

**Isabelle Sarne**, professeure de Hatha Yoga et sophrologue

compagnie emmanuel Grivet  
5, impasse Max Baylac - 31170 Tournefeuille

[www.danse-emmanuel-grivet.com](http://www.danse-emmanuel-grivet.com)