JURA
TROIS-LACS
DREI-SEEN-LAND

CONGRÈS, CONFÉRENCE, COURS, FOIRE, LES POMMERATS

STAGE DANSE DU TOURNOIEMENT 28 ET 29 NOVEMBRE

- LE SAMÀ - DANSE DES PLANÈTES ET DU TOURNOIEMENT-

Deux jours pour plonger au cœur du Samà : entrer pleinement dans l'expérience du mouvement habité.
Ce stage est une invitation à revenir au corps, tout en développant une danse plus organique, ancrée et vivante. Les débutants sont les bienvenus
Chaque mouvement fait descendre le ciel sur la terre.
Chaque tour invite à la mort et la renaissance, libérant l'ego pour se relier au Coeur.

VIENS ON RÉVEILLE LE SOLEIL
ON FAIT DANSER L'AMOUR
À travers le tournoiement, le travail du souffle, de la voix et du mouvement, nous explorerons un chemin vers l'intériorité et la créativité. Une pratique qui relie précision et lâcher-prise, structure et écoute subtile, pour laisser émerger une présence sensible et incarnée.

Un chemin de beauté authentique pour trouver son alignement. Se mettre dans une écoute profonde et s'abandonner tout en restant ancrée.

La voix sera abordée comme un prolongement du corps :

Une voix qui ne passe pas par les mots, mais par la vibration, le mouvement, le souffle et l'élan intérieur.

Un espace pour écouter, ressentir, et laisser la danse devenir langage. Cultiver le feu du cœur, la flamme sacrée.

Un temps pour approfondir votre relation au mouvement et ouvrir un espace d'expression intime et authentique.

L'espace devient rituel, sacré, et la lumière s'éveille dans le corps vivant. L' essence poétique de chacun peut s'exprimer pleinement à travers le corps, la voix et la parole.

Ce qui m'importe c'est que vous sortiez de ce stage avec un élan de vie et une envie de vous exprimer de part le cœur.

AU PROGRAMME :

- respiration et chants à l'harmonium - pre?paration physique en musique, exercices chorégraphiques - jeu d'espace et danse libre - explication des gestes de la danse Soufie - danse du tournoiement en musique - perfectionnement - Poe?sie, musique et enseignements Soufie

Venez partager cette merveilleuse expe?rience ou? l'individu se dissout dans le mouvement universel.

« Il y a une voix qui n'utilise pas les mots. E?coute..! »

Dja?lal-od-Di?n Ru?mi?

HORAIRES :

SAMEDI 28 NOVEMBRE DE 10H00 À 13H00 ET DE 14H À 16H00

SAMEDI SOIR 19H SOIRÉE SAMA ET POÈSIE

DIMANCHE 29 NOVEMBRE DE 10H00-13H00 , 14H00 À 17H00

TARIF DU STAGE :



CONTACT

Stage de danse
-
2353 Les Pommerats

helloasso.com



PDF généré le 17.11.2026