



L'eau est le corps d'une force vibratoire spirale,
le son est le corps d'un monde vibratoire sinusoïdal
Nous irons à leur rencontre...

**Goûter l'espace de l'improvisation à travers la vague, l'accordage, le corps collectif.
3 jours jours de plongée dans notre corps aquatique et vibratoire par la danse dans l'eau, la
voix et les explorations somatiques.**

Une invitation à changer de rythme, se mettre en lien avec soi, les autres à travers le contact de l'eau chaude, du corps et de la voix.

Pour ce faire nous alternerons entre l'espace aquatique et l'espace à terre:

 **Découverte de notre corps aquatique et des qualités d'apesantement et de soin qu'offre l'eau. Une invitation à expérimenter la danse collective autour de certains principes du Contact Improvisation, au travers de Jam de danse contact aquatique.**

Goûter l'accueil inconditionnel de l'eau chaude à 34°C, temps de flottaison, lâcher prise dans l'eau, exploration ludique de l'apnée,

 **La vague du souffle**, la vague du chant dans l'air...

Des temps à terre d'écoute du corps, contemplation vibratoire, jeux vocaux, circle song et exploration de la voix, sieste musicale.

La proposition est une invitation à l'exploration intime de comment **mon corps deviens un instrument pour vibrer**, rentrer en contact avec différents éléments, trouver sa note, sa danse, son expression propre et comment faire se rencontrer chacune de nos unicités à travers de l'espace du groupe.

Par la présence à soi, aux éléments, par l'écoute corporelle sensible et sensorielle, l'onde unique de chacun et insaisissable de l'instant qui sera créée à travers divers outils de mise en lien pour ondoier nos corps, nos souffles et nos voix!



Un week-end pour prendre soin, être en lien et en connexion dans la joie d'être vivant!

Pré-requis:

Ouvert à tous! sauf ne pas avoir peur d'aller sous l'eau et être en contact physique qui seront des bases nécessaire au confort de ce week-end.

🧜‍♀️ Virginie Sueres:

Praticienne certifiée Watsu® Wata® et Healing Dance® ainsi que diverses méthodes de thérapies aquatiques, formée aussi à l'apnée (Aida3).

Pratique de danse et chant libre (5 Rythmes, Contact improvisation, Body Mind Centering, chant Dhruwad et circle song) ainsi que diverses approches somatiques.

Photographe depuis 25 ans, formée à la Sonothérapie®, la lumière, l'eau et le son ont toujours été un lieu de recherche!

Inscription et hébergement:

🌿 Lieu : Vieux Boucau dans les Landes, cadre magnifique au bord de l'ocean

Beach Camp Temple : <https://beachcamp temple.com/>

Arrivée possible le samedi 21 juin fin après midi à partir de 18h00

🔥💧 **Cérémonie de l'eau samedi 21 soir et surprise!** 💧

Départ le mardi 24 juin soir 18h00

Coût :

410 €/personne /frais pédagogique + salle et bassin

390 €/ personne tarif early bird inscription avant le 25 mai

Inscriptions validée à réception de la fiche d'inscription+arrhes 80€

Hébergement :

40 €/nuit chambre "cabine individuelle"

30 €/nuit/personne dans la tente Lotus devant le gite

Chambre double privée sur demande dans la maison à côté du gite

Ou Camping Municipal Les Sablères au pied de la dune.

Une cuisine équipée est sur place dans le gite en accès libre pour préparer vos repas.

Possibilité sur commande repas 20 € par personne par repas.(une option pour le midi)Les repas équilibrés sont réalisés par une chef vegan avec des produits locaux, bio et ou végétarien!