

# CÉLÉBRER LE PRINTEMPS EN DANSANT LES FLEURS DE BACH

DIMANCHE 29 MARS 2020



Inspirées du folklore balte, les danses des Fleurs ont été créées dans les années 80 par **Anastasia Geng**. Prenant sa suite, **Martine Winnington** a transmis généreusement le travail d'Anastasia.

Formées auprès de Martine, nous sommes heureuses de vous faire découvrir et expérimenter, dans l'esprit d'Anastasia et de Martine, ce précieux patrimoine des danses des fleurs de Bach

## OBJECTIFS DE LA JOURNEE :

*Vous faire vivre une approche originale, corporelle, sensorielle et spirituelle des Fleurs de Bach.*

*Vous amener à intégrer autrement leur message, de manière vivante dans le mouvement et le ressenti.*

*Vous inviter à une autre présence à vous-même, à une ouverture de la conscience et du cœur grâce à la musique et à la danse.*

*Vous permettre de sortir du mental, de vous mettre à l'écoute de vos émotions pour les accueillir, les clarifier, les vivre et les laisser passer.*

*Vous inviter à contacter en vous les belles énergies du printemps qui ne demandent qu'à éclore et à fleurir en beaux projets.*

*Vous offrir un temps pour vous détendre, vous amuser, respirer, échanger, partager.*

**Les danses se dessinent dans un cercle autour d'un centre fleuri.**



*Leur simplicité les rend accessibles à tous.*

**Chaque chorégraphie, très symbolique, nous permet de contacter par le mouvement, le ressenti, la vibration de la fleur dansée et ainsi d'harmoniser l'émotion qui émerge.**



*Danser en cercle permet de dessiner dans l'espace un mandala vivant qui canalise et transmet l'énergie bienfaisante de la fleur à chacun dans la ronde.*

**Danser les Fleurs recentre, redonne de l'énergie, ouvre notre cœur.**

**Corps, esprit, âme vibrent à l'unisson.**

**Danser c'est aussi entrer en relation avec les autres danseurs, et ensemble, accorder nos rythmes à ceux de l'univers.**