



**EXPRESSION DANSE RYTHME
DECOUVERTE DE SOI
MOUVEMENT SPONTANE**

**COURS MENSUEL À SION
SEPT 2018 À JUIN 2019
AVEC ISABELLE MARTIN**

**INSCRIPTION 078 753 02 82
027 306 67 67**



Isabelle propose une danse qui est une formidable source de vitalité, d'énergie et de transformation. Elle se pratique sur différents rythmes et musiques de toutes origines.

Une partie du cours est destinée à la pratique de pas simples de danse mandingue (Afrique de l'ouest) et aux mouvements ondulatoires de la colonne vertébrale. Puis s'offre un temps d'une plus grande liberté gestuelle pour écouter ce qui vient de notre espace intérieur, pour oser être qui l'on est et exprimer ses ressentis.

Ces cours sont ouverts à tous, jeunes ou moins jeunes, avec ou sans expérience. Ils peuvent aussi servir de formation continue.

L'inscription est trimestrielle, elle se fait au début de chaque trimestre ou n'importe quand en cours d'année. En cas d'impossibilité professionnelle ou autre vous avez la possibilité de suivre un cours isolé.

Des séances individuelles sont données sur demande comme développement personnel, coaching ou soutien pour des projets artistiques ou professionnels.

Formée en danse africaine, en improvisation danse et théâtre, au yoga et comme art-thérapeute, Isabelle transmet chaleureusement le fruit de son travail et de ses voyages, tout en aidant chacun(e) à progresser avec fluidité et plaisir sur son chemin de vie.

Horaire	un cours de 3h00 une fois par mois le samedi de 9h30 à 12h30
Date	22 sept 10 nov 15 déc / 12 janv 16 fév 16 mars / 13 avril 11 mai 15 juin
Lieu	1950 Sion salle de danse du Conservatoire rue du Vieux collège 20
Tarif	fr.150.- par trimestre (3cours). Un cours isolé fr. 60.-
Contact	isabelle.martin@netplus.ch www.isabelle.martin.ch 078 753 02 82 027 306 67 67
Inscription	elle est validée dès le versement du montant sur le CCP12-28083-4 non remboursée en cas d'annulation.