

Prévoir :

un **petit trésor** à partager avec le groupe

pour la danse biodynamique :

- . vêtement souple pour être à l'aise
- . lainage
- . chaussettes coton de préférence
- . petit carré de soie 50x50 env.
- . grand foulard léger (en soie, c'est mieux)
- . masque blanc (femme ou homme selon)
- . jolie tenue pour danser
- . huile de massage et serviette de toilette
- . coussin (un zafu est idéal)
- . petite couverture

pour la peinture :

- . une blouse ou une grande chemise usagée

pour le séjour :

- . serviettes/nécessaire de toilette
- . serviettes de table

STAGE DU 07 JUILLET AU 10 JUILLET 2011

Au cœur de l'Ardèche

**« Danse ta Couleur
...crée ! »**



avec

Monique Eliane Lelièvre artiste peintre
Praticienne diplômée en danse biodynamique

Cyril Sixdeniers pour l'accompagnement musical
Josette Lafay pour l'auto-massage, les massages



Association
**Couleurs
et Vie**

La danse proposée est issue de la danse biodynamique dont l'accès est relativement simple pour « re-trouver la respiration Naturelle, le mouvement Naturel et le corps Naturel ».

Comme dans la danse, avec le Pinceau-mémoire, vous révélez votre énergie du moment, votre Couleur.

Avec cette méthode ludique, lorsque vous dansez, lorsque vous peignez, vous créez sans contrainte.

Pour participer aucune notion de danse et de peinture n'est demandée. Chacun est accueilli dans ce qu'il est, où il en est. Cela peut être un tremplin pour celles et ceux qui ont déjà une pratique.

Pour tous renseignements :



**Association
Couleurs
et Vie**

Association loi 1901

Téléphone : 06 26 72 12 57 ou 04 26 65 92 00

mail : melelievre@numericable.com

Sites Internet : <http://couleursetvie.voila.net>

<http://moniqueliane.voila.net>

www.moniqueel-lelievre.com



Monique Eliane Lelièvre
Artiste peintre
n° siret 452936255
Praticienne diplômée
en danse biodynamique

Passionnée de l'humain, de tout ce qui est vie, j'ai toujours eu soif de Beauté, d'Art et de Création.

Je rencontre Rafael Baile et la danse biodynamique en 1999 date à laquelle je termine ma carrière d'infirmière en psychiatrie. Depuis je continue à me former et à me perfectionner avec Rafael.

En 06/2005 je crée l'association « Couleurs et Vie » et « Danse Ta Couleur » méthode où j'entrelace la danse biodynamique et la peinture.

Lieu : À L'Escol du Sens où Martine et Jean-marc nous accueilleront du **jeudi 7 juillet à 17 h au dimanche 10 juillet 17h** Hébergement de qualité, en chambre à deux lits, cuisine du terroir simple et savoureuse avec des produits frais.

Plus d'informations sur <http://www.lescoldusens.com/>

A Empurany Le Village en Ardèche du Nord (1h40 de Lyon)

informations pratiques au verso

Tarif : animation : 300 € + 10 € d'adhésion à l'Association + hébergement pension complète 195 €.

Date limite des Inscriptions : 30 juin

Inscription effective avec chèque d'**arrhes** de 100 € à l'ordre de Association Couleurs et Vie **à envoyer à :**

Monique Lelièvre

3 a, rue Claude Baudrand 6930 Caluire et Cuire