

ORGANISATION

STAGE

4 au 7 Février 2017

DANSE MÉDITATION - COSMODANSE

10 h à 12 h

Rendez-vous:

samedi 4 Février: 9 h 30

Plusieurs possibilités : à la carte, mais impossibilité de commencer le stage en cours de route.

Pour plus de précision, nous téléphoner : +33 (0) 6.77.77.97.13

Stage 4 au 7 Février 2017:	Prix
1 Matin/jour: COSMODANSE + Massages: 10 h à 12 h	15 €
1 Petit Déjeuner/jour	2 €
1 Dejeuner/jour	12 €
1 Souper/jour	12 €
1 Lit/nuit	12 €
Adhésion /an	10 €

Possibilité de payer en plusieurs fois. Places limitées.

RÈGLEMENT

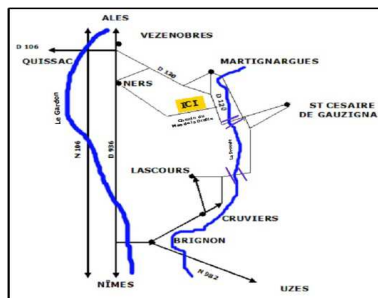
- Le stage est ouvert aux personnes (à partir de 18ans)
- L'Inscription annuelle (01/09 au 31/08) est obligatoire.
- La responsabilité de l'Association « A L'Origine Était le Rythme-Cosmodanse » ne pourra, en aucun cas, être engagée pour tout préjudice corporel ou matériel, causé ou subi lors des cours, repas, hébergement, ou des déplacements occasionnés par le stage (stagiaires et accompagnants).
- Le stagiaire doit avoir une assurance responsabilité civile, couvrant les risques et les dommages qu'il pourrait subir ou causer. L'Association « A L'Origine Était le Rythme-Cosmodanse » décline toute responsabilité en cas de vol.
- L'Association « A L'Origine Était le Rythme-Cosmodanse » se réserve le droit d'apporter toute modification sur le déroulement du stage.
- Aucune inscription ne sera effective sans l'envoi du bulletin ci-joint dûment complété, accompagné de la somme des arrhes correspondant au module choisi par personne et impérativement **avant le 30 Janvier 2017**
- En cas de désistement l'acompte n'est pas remboursable: la somme versée sera convertie en avoir sur un prochain stage, à moins de trouver une personne remplaçante.
- L'association se réserve le droit d'annuler le stage, si les inscriptions sont insuffisantes. L'acompte serait alors remboursé.
- Il sera envoyé un email, pour toute confirmation

POUR VOUS Y RENDRE

En voiture: depuis Nîmes (32 Km), suivre les panneaux Alès. 7 km de Vézenobres, 17 km de Alès, 20 km d'Uzès.

En bus: départ de la gare routière de Nîmes à Vézenobres.

En avion: aéroport de Nîmes-Garons.



Ô Mas, Chemin du Mas de la Draille
30 360 MARTIGNARGUES (Gard) France.

COORDONNÉES GPS. MAS

https://www.google.fr/maps/@44.0314355,4.1886703,3a,75y,189.06h,99.01t/data=!3m6!1e1!3m4!1sAn_f_Z1PsRQUOgXPh7cnsQ!2e0!7!13312!8i6656

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Vieux mas entouré de la paisible campagne gardoise.

Nous ne pouvons recevoir les stagiaires la veille.

Rendez-vous: Samedi 4 Février 2017 à 9 h 30

Hébergement: Se munir de duvet, drap, taie d'oreiller.
Chaque chambre comprend 2 lits. Places limitées.

Repas: préparer par une cuisinière (si inscriptions suffisantes).

POUR TOUS RENSEIGNEMENTS

Tél : +33 (0)6.77.77.97.13

Email: alorigine.rythme@free.fr

Sites : <http://alorigine.free.fr>

www.nizoucha.com

<http://omas.over-blog.com>

<https://www.facebook.com/Ô.MAS.MARTIGNARGUES-30/>

DANSE MEDITATION
COSMODANSE

4 au 7 Février
2017

Stage

Ô Mas
Martignargues
30

(33)06.77.77.97.13

alorigine.rythme@free.fr
<http://alorigine.free.fr> www.nizoucha.com

BULLETIN D'INSCRIPTION

STAGE

4 au 7 Février 2017

DANSE MÉDITATION – COSMODANSE

10 h à 12 h

Nom :
Prénom :
Né(e) :
Profession :
Adresse:.....
Téléphone :
E mail :
Site:
Je suis végétarien(ne): oui non

BULLETIN + ARRHES (50 % sur le total de votre choix) :

à **RENOYER obligatoirement** avant
le 30 Janvier 2017 : à

"A L'ORIGINE ÉTAIT LE RYTHME "
Ô Mas

Chemin du mas de la Draille- 30360 Martignargues – France

• par chèque à l'ordre de: « A l'Origine était le Rythme »

Je participerai: Stage du 4 au 7 Février 2017	N° jours	Prix
Matin: COSMODANSE +Massages: 10 h à 12 h		
Petit déjeuner:		2 €
Repas midi :		12 €
Repas soir:		12 €
Hébergement:		12 €
Adhésion/an: Obligatoire		10 €
TOTAL		

NIZOUCHA



- * Chorégraphe, Professeur de danse, Formatrice, Danseuse, Comédienne, Metteur en scène.
- * Enseigne depuis **1974** et anime des stages en France et à l'étranger (Belgique, Tchèque, Île de la réunion..)
- * A créé en France en **1975** le terme de **Danse d'Expression Africaine** traduisant les liens qui l'unissent à l'Afrique, mais aussi à sa propre créativité.
- * Son apprentissage en différentes techniques corporelles (notamment dans sa toute petite enfance : Hatha – Yoga d'après les exercices du yogin Selvarajan Yesudian) et son expérience professionnelle, acquise depuis 1974 – alliées à une réflexion sur les relations entre la danse et les multiples dimensions de la vie – physique, créative et spirituelle – l'ont amené à proposer en **1985** : la **Cosmodanse**, pour danser suivant le rythme et l'énergie propre à chaque saison.
- * Depuis **2003**: elle enseigne La **Danse Sacrée, Danse de Méditation, Danse du Souffle, Postures énergétiques, Mandalas Corporels**, pour trouver la paix intérieure et être en harmonie avec l'énergie cosmique.

www.nizoucha.com



4 au 7 Février 2017

DANSE
MÉDITATION – COSMODANSE

10 h à 12 h

Nizoucha, dans cet atelier se relie au savoir universel et devient la messagère, la médiatrice de gestes ancestraux, dansés depuis la nuit des temps, qui font appel à des symboles profonds et sans âge, célébrant la vie, reliant notre être intérieur à la terre et au ciel.

Sur une musique douce, Nizoucha, influe une gestuelle, des postures précises, des auto-massages qui nous font prendre conscience de l'interdépendance des courants qui circulent entre l'univers et le corps humain.

Le corps devient réceptacle.

La circulation du souffle vital qui nous anime, clé du mystère de la vie, devient la danse intérieure de la lumière.

La pratique de cet atelier permet de prendre conscience de notre corps et de son appartenance à la vibration cosmique, de se ressourcer, de développer l'harmonisation énergétique qui favorise l'éveil de notre personne et renforce notre vitalité,

**de lâcher prise,
de trouver une grande paix intérieure,
d'honorer la vie qui est en nous !**

Un chemin vers le bien être et l'auto guérison.

Ces séances ne demandent aucune connaissance particulière en danse.

☺
**Tout au long de l'année:
Séance individuelle, cours.
Organisation de groupe sur demande**

