



Danse Vitale©

Être libre

Processus puissant de libération par la
créativité, l'expression libre et le symbolisme

RE-NAISSANCE PAR LA CREATIVITE, LE MOUVEMENT LIBRE, L'ELAN VITAL ET SYMBOLISME

**LA DANSE VITALE©, c'est se reconnecter au
mouvement et au souffle de la Vie**

Processus unique d'alignement et de déploiement de l'Être divin en Soi

2 jours (Week-end) les 6 et 7 juillet 2019 sur Cahors

Atelier unique Créé par Corinne Vidal Dollon
Atelier Animé par Corinne si groupe de 6 personnes
Accompagnée de Laurence Baziak si groupe de 8 à 12 personnes

Programme

Priorité aux personnes suivies par Corinne ou par Laure Blanchard

**Atelier magique où de belles surprises vous attendent.
6 à 12 places par atelier – 1 à 2 formatrices pour un suivi individualisé maximal.**

Pour qui ? Pour quoi ?

Cet atelier s'adresse aux personnes engagées dans un travail personnel qui ressentent :

♥ l'envie d'aller plus loin

- ♥ Personnes déjà en chemin vers elles-mêmes poussées par un élan intérieur à aller plus loin
- ♥ Sentent qu'elles sont prêtes à se révéler et à s'accoucher d'elles-mêmes et ont besoin d'un accompagnement et d'un espace sécurisé

Les aspects de sa problématique centrale

- J'ai le sentiment d'inachevé
- volonté de terminer mon processus de transformation
- besoin d'un accompagnement pour oser plonger et me déployer
- Sortir de ma chrysalide et devenir papillon

Mot clé : Liberté

Imaginez vivre

Une approche intégrative et énergétique unique

La danse vitale© : conception originale de Corinne Vidal Dollon pour laisser la Vie jouer à travers Soi

Processus complet de connexion, d'harmonisation et de transformation

Reliance aux 4 dimensions, à ses centres énergétiques,

Unification dans ses 3 plans de conscience : Corps/Âme/Esprit

Connexion aux éléments, aux émotions, à l'élan vital et à ses énergies féminines et masculines

Élévation vibratoire - Accordage

Rituels et Symbolisme – Sens du Sacré

Concept de la Danse Vitale©

Le concept de la Danse Vitale© m'a été transmis en canalisation. J'ai reçu cette idée créatrice en un éclair. Les mots seront posés sur le papier et prendront Corps dans un mouvement divin et selon les lois du grand Jeu de la Vie.

Les ateliers et expériences menées ont montré l'effet magique de ces 13 étapes qui nous reconnectent à notre Être Véritable au-delà du développement personnel et spirituel, c'est accueillir ici, dans la Joie, le Cœur et l'Émerveillement, notre part sacrée.

La DANSE VITALE© - Processus de guérison multidimensionnel qui nous connecte à notre nature Profonde, à notre pouvoir guérisseur et à la magie du Vivant. Un processus de reliance à soi, d'accordage, d'alignement et d'équilibre activant une alchimie de transformation, d'individuation et de libération. Rend entier et éveille au Soi sans analyse, en se reliant directement à son Corps, à son Cœur, à son Âme et au Souffle Vivant.

Être Soi, tout simplement.

NUL BESOIN DE SAVOIR FAIRE QUOI QUE CE SOIT... JUSTE ÊTRE ET SE LAISSER GUIDER PAR LA VIE.

Les outils

Chaque groupe est unique. La trame écrite va évoluer et s'adapter aux besoins de vos enfants intérieurs précieux. Et à ce niveau, je ne suis qu'un récepteur au service du Vivant qui Sait et mène la Danse. Accueil et Lâcher prise, Improvisation et Créativité spontanée s'invitent.

- Méditation guidée, état expansé de conscience, protocole de la danse vitale à expérimenter, symbolisme jungien, danse et création artistique, mandala. Exploration du processus d'engagement à sa transformation. Empathie, Joie et Gratitude

Outils explorés et présentés :

– **Danse-thérapie** : expression libre par le corps. La thérapeute choisit avec finesse les musiques permettant d'aller chercher au plus profond de vous. Au cours de la matinée, exploration du ressenti vital tel qu'il s'exprime actuellement dans votre vie. Puis exploration des possibilités en vous. Les vivre dans le corps permet une ouverture et une libération. Alors peut se danser la présence pure. Débarrassé des blocages, vous vivez la plénitude. Les actes dansés se font les yeux fermés, en relation avec Soi.

– **Hypnose** spirituelle et états expansés de conscience pour plonger dans vos ressources, méditation guidée, méditation par le regard

– **Art-thérapie** pour ancrer les ressentis dans la matière – **Musicothérapie** pour élever sa fréquence vibratoire et s'ouvrir à la Vie

– **Symbolisme du mandala et de l'écriture inspirée**

– La signification des chakras/ressources liées (sensibilisation – ces notions sont développées dans l'année 2 de l'école Être Soi) – La reliance aux éléments (terre, eau, feu, air, éther)

- **Partages, échanges, rires** pour apprendre des autres, s'enrichir de nos différences, s'exprimer, se libérer, ressentir

Participation Financière et Inscription

Participation pour l'atelier de Danse Vitale© de 2 jours : 3 chèques de 120 euros (échelonnés)

Participation pour l'atelier de Danse Vitale© de 3 jours : 3 chèques de 80 euros (échelonnés)

Formation à la Danse Vitale : Programme sur 5 jours en présentiel + cours vidéos = 750 euros (sur dossier, me contacter)

Les inscriptions à cet atelier se font par téléphone. Prévoir une séance en individuel pour s'y préparer.

L'animatrice de l'atelier



Votre animatrice est une alchimiste, amoureuse du Vivant et Magicienne de la Vie. Elle partage ces expériences d'ouverture et de libération avec joie, enthousiasme et humilité.

Diplômée de la Faculté de psychologie du Mirail à Toulouse. Maîtrise de psychologie clinique - Options : Neurosciences, prévention santé et psychopathologies – Mémoire sur les effets de la Pleine Conscience sur l'anxiété – Certifiée par l'école Européenne de Socio et Somato-Analyse options : Thérapie Psychocorporelle, Art-Musico et Danse Thérapie et Thérapie de l'enfant – Certifiée en Hypnose Ericksonienne et en Hypnose évolutive – Formations suivies en Mindfulness MBSR, en méditation transcendante et en Pleine Conscience – Initiée aux soins énergétiques (3ème degré de Reiki Usui) – Pédagogue, enseignante professionnelle et formatrice dans l'éducation nationale pendant 22 ans. Auteure et Conférencière – Pratique la méditation, la danse libre et le yoga