



Bédarieux (34)

Christophe Brumbt

Ancien local de Terre Mère
51 av Auguste Cot

Mercredi soir de 18h15 à 20h15

06 10 51 55 28 - brumbtchristophe@yahoo.fr

Facilitateur
en cours de
supervision



Lodève (34)

Franck Poirot-David

La Distillerie - 10bis rue de la sous-préfecture

Jeudi soir de 19h30 à 21h30

Biodanza en Famille : 1 dimanche par mois
06 78 21 27 13 biodanza-franck.jimdofree.com

Facilitateur
titulaire



Félines Minervois (34)

Laurent Mori

Le Cellier - rue de l'Occitanie

Lundi soir de 18h30 à 20h30

Biodanza en Massages : atelier d'1 j
Biodanza & Peinture en mouvement : atelier d'1 j
06 75 31 42 15 - laurent.mori@etik.com
fabrik-des-etoiles.fr

Facilitateur
titulaire



Sommières (30)

Christine Martin

Salle de danse Calade 2^e étage
1 rue Poterie

Jeudi soir de 18h30 à 20h30

06 74 83 00 51 - aucoeurcreatif@gmail.com
art-therapie-christine-martin.fr

Facilitatrice
en cours de
supervision



Nîmes Centre (30)

Murielle Boyer

Au centre ARRAYA - 8 rue cité Foulc

Jeudi soir de 19h30 à 21h15

06 32 64 22 85 - arraya.org

Facilitatrice
titulaire



Marguerittes et les Angles (30)

Sonia Ballieu

Marguerittes : Journées régulières
Jardin Intérieur - 4 rte d'Avignon
ZA de la Ponche

Les Angles : **Jeudi matin de 10h à 12h**

Facilitatrice
titulaire

Centre de danse : Le Lieu - Bd du Grand Terme
06 35 12 56 88
soniakalaso@gmail.com
soniaballieu.com



Alès (30)

Claudine Vaugelade

4 rue Mont bounoux

Mercredi soir de 18h à 20h

Facilitatrice titulaire
et didacticienne

Intervention en EHPAD 2 fois par mois
06 51 61 10 72
vaugesib@gmail.com



St Jean du Gard (30)

**Claudia
et Benoit Marchand**

Mercredi soir de 19h à 21h

Jeudi matin de 10h à 12h

Facilitateurs
titulaires

Intervention en EHPAD
07 48 22 78 13



**Saumane (30) et Sainte Croix
Vallée Française (48)**

**Catherine Bonard
et Isabelle Jacob**

Facilitatrices titulaires

Saumane : Ateliers mensuels

Les 1^{ers} samedis du mois de 16h30 à 18h30

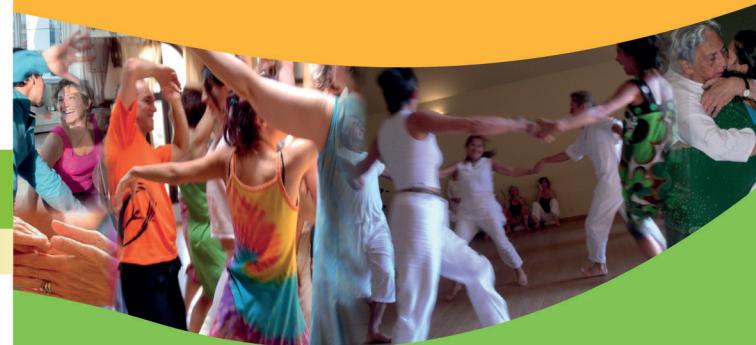
Saumane et Ste Croix Vallée Française :

Séances découvertes & stages

Catherine : 06 77 04 09 21 - cathbonard@neuf.fr

Comment se déroule une séance de Biodanza ?

Lors des séances de Biodanza, des exercices-danses intégrant la motricité, les sensations, des émotions agréables sont proposés dans un cadre donnant à la fois une direction et la liberté de l'exploration et de l'expression. Les danses peuvent être individuelles, à deux ou à plusieurs. Il y a une alternance harmonieuse de danses dynamiques et de danses douces. Les premières stimulent l'expression, les deuxièmes stimulent la sensibilité et l'intériorité. Il n'y a pas de chorégraphie et la pratique n'exige aucune compétence physique particulière.



Que peut apporter la pratique régulière de la Biodanza ?

Pratiquer de temps en temps donne immédiatement un sentiment de bien-être. Pratiquer régulièrement permet de réaliser un processus de renforcement de notre capacité naturelle à nous faire du bien. L'élévation de l'humeur, la diminution du stress, la sensation globale de bien-être stimulent un sentiment de joie. La régularité dans la durée contribue à renforcer l'identité et l'estime de soi ainsi que l'aptitude à lâcher prise. Il en résulte une meilleure capacité à établir des relations sincères et riches avec notre entourage.

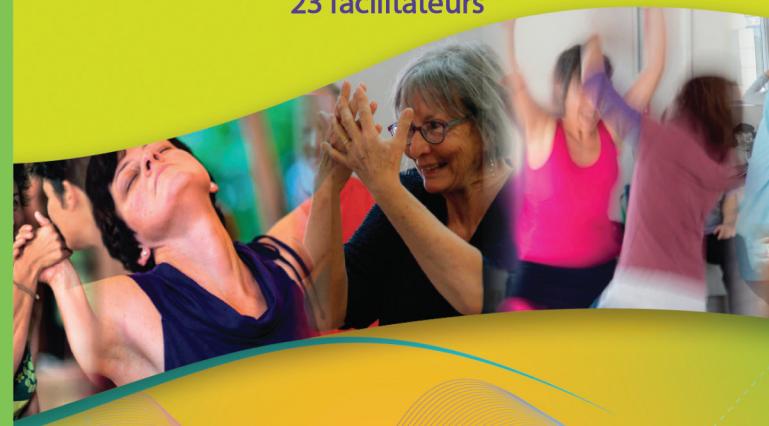
Biodanza®

La danse de la Vie



Hérault & Gard

Un collectif solidaire au service du Vivant
23 facilitateurs



Rejoignez-nous dans la Ronde !



« J'ai songé à une science rythmique et j'ai ordonné musicalement les mouvements naturels du corps, mais surtout les actes. Quelque chose comme éveiller la musicalité de l'être... »

Rolando Toro Araneda (1924-2010)
Créateur de la Biodanza®



« La Biodanza est une poésie de la rencontre humaine »

Rolando Toro Araneda

Qu'est-ce que la Biodanza ?

La Biodanza est une pédagogie du mieux vivre. Son objectif est de soutenir un processus de développement de nos potentialités humaines à entretenir des relations saines et harmonieuses avec soi, avec les autres et avec l'environnement. Ses outils principaux sont le mouvement dansé, le pouvoir de la musique et le contact avec les autres.

FFPB : biodanza-federation-france.com/



Montpellier Ouest (34)



Facilitateur titulaire

François Chavanes
Salle « Le BO lieu » 2 rue Icard.
Tram3 Celleneuve
(Derrière le cinéma Nestor Burma)
Mardi soir de 18h45 à 21h15
06 03 88 67 75
francois.chavanes@gmail.com



Facilitatrice en cours de titularisation

Nicole Yvon
Espace Famille - 191 Louis Aragon
(Près Av de Toulouse, Rond point Grand M)
Lundi soir de 19h45 à 21h30
06 14 90 10 24
nicole.yvon34@gmail.com



Facilitatrice titulaire



Facilitatrice en cours de titularisation

Chloé Richaud & Nathalie Frenay

Salle « Le BO lieu » 2 rue Icard.
Tram3 Celleneuve (Derrière le cinéma Nestor Burma)
Mercredi soir de 19h15 à 21h15
Chloé 06 66 39 20 34
Nathalie 06 60 83 11 08

Montpellier Centre (34)



Facilitatrice en cours de supervision

Florence Mennecier
Centre Santé et Soins Bien-Être
« Eau de Verveine »
13 cours Gambetta
(À 200 m de la Brasserie Dôme)
Dimanche matin de 10h à 12h
06 18 85 19 23
fmennecier08@gmail.com

Castelnau le Lez (Montpellier Est - 34)



Facilitatrice en cours de titularisation

Nathalie Frenay
Zepetra. 153 rue A.Beau de Rochas.
Tram2 Sablassou
Vendredi matin de 10h à 12h
06 60 83 11 08 – frenay.n@gmail.com
Site : art.terre.happy.over-blog.com

Clapiers - (Montpellier Nord - 34)



Facilitatrice titulaire

Chloé Richaud
Salle de danse Espace J. Penso,
Place Max Leenhardt
Mardi matin de 10h à 12h
06 66 39 20 34
chloe.richaud@gmail.com
facebook.com/Danse34-107314138673386

La Grande-Motte et Fabrègues (34)



Facilitatrice titulaire

Véronique Aguilera
La Grande-Motte :
Mercredi matin de 10h15 à 12h15
Palais des Sports - av. du Bois Couchant
Fabrègues :
Jeudi matin de 10h à 12h
L'Atelier Danses - 20 av. du Général de Gaulle
06 63 10 21 75 - contact@veroniqueaguilera.com
Site : veroniqueaguilera.com

Mauguio (34)



Facilitatrice en cours de titularisation

Clara Piro
Centre Artistique Choregraphia
Mardi soir de 18h30 à 21h
& **Jeudi de 9h45 à 12h15**
06 20 08 43 47
clara.piro@yahoo.fr

Région Montpellier et alentours (34)



Facilitateur titulaire

Christone Vincent
Pas de groupe hebdomadaire
cette année
Stages prévus dans l'année
06 17 17 31 17 - christone@posteo.de
Site : christone.fr/ateliers-et-stages/

Béziers (34)



Facilitatrice titulaire & Didacticienne

Annie Aubertin
Salle AHIMSA - 67 avenue Jean Moulin
Mercredi matin de 10h15 à 12h15
Action sociale « S'ouvrir à la différence » :
1 jour par mois
06 08 55 83 81
annie.aubertin34@gmail.com
Site : annieaubertin34.fr

Montblanc (Proche de Béziers) (34)



Facilitatrices en cours de supervision

Marie-Thérèse Massif et Christine Bailly Salins

La Demeure des Cèdres
53 rue de la Paix - salle Paul Riquet
Mardi soir de 19H30 à 21H30
06 68 30 11 52 et 06 83 84 17 60
maithe.massif@gmail.com
Site : morillon-massif-etc-montpellier.fr

Gignac (34)



Facilitateur en cours de supervision

Alain Paparone
Studio En Mouvement - 39 grand rue
Vendredi matin de 10h à 12h
06 26 32 13 32
biodanza.alain@gmail.com
Site : biodanza-alainhitze.jimdosite.com