

DIMANCHE 9H-11H30
SOLIGNAC (ancienne gare)
avec Association la Parenthèse

DANSER AU COEUR DE SOI avec les éléments de la nature

2026

la Terre

Reconnexion au corps et aux
besoins fondamentaux.

le 08 février

l'Eau

Accepter les émotions,
apporter de la
fluidité intérieure.

le 29 mars

le feu

Elan, transformation
personnelle, confiance .

le 26 avril

l'Ether

Sens profond à la vie,
l'espace où tout est possible.

le 14 juin

l'Air

Clarté mentale, allègement,
nouvelles perspectives..

le 10 mai



Anne Hélie

07.87.94.95.67

www.annehelie.fr

TARIF : 25€ par atelier