

Haut Atlas central (Maroc): octobre



Danse Orientale dans le Haut Atlas

9 jours , dont 7 jours d'atelier de découverte



Danser en pays berbère...

La danse orientale, art ancestral empreint de volupté a plus à apporter qu'un simple divertissement. Elle allie plaisir physique du mouvement, détente et bien-être. On y développe la souplesse, la fluidité et la coordination physique, on y stimule la créativité, la confiance et l'estime de soi.

Danser dans le haut atlas, baigné dans un espace, une culture qui nous ramène directement à l'essentiel, c'est encore mieux! En programmant des temps de marche et de découverte avec des heures de pratique, nous partirons à la rencontre d'hommes et de femmes qui habitent ces contrées, tout en savourant les paysages contrastés de la vallée des Aït Bougmez. Pendant le séjour, nous inviterons un groupe de femmes qui partageront avec nous "leur danse"...

Animé par:	par une artiste-danseuse
Nombre de participants :	entre 6 et 10 femmes
Public:	femmes débutantes ou confirmées
Condition physique :	être capable de marcher entre 3 à 4 heures par jour
Accompagnateurs:	Guide berbère francophone Anne Alaïme, psychomotricienne
Hébergement :	1 nuit dans un riad de Marrakech lors de votre départ, 5 nuits au gîte d'Alliance Berbère, 2 nuits sous tente simple ou double.