



# arrels de magnòlia

ESPAI DE BENESTAR

## DANSA CREATIVA

*amb Maribel Soler*



**Reconnecta amb el teu cos, a través de la música, el moviment, la vitalitat i l'alegria. Ballant, jugant, deixan-te portar per la música.**

**Bòbila, 6 Valls**

**dimecres 20-21h**

inscripcions a [info@aequilibrium.cat](mailto:info@aequilibrium.cat)  
per whatsapp al 669835245 (Íngrid)

Espai destinat a persones adultes per ballar i gaudir d'on et pot portar la llibertat de moviments i l'experimentació a través del joc i la música.

Aquest treball parteix de la idea que el cos compta amb un saber innat i una intel·ligència corporal, preparada per autoequilibrar-se i regenerar-se.

Aquesta Intel·ligència també dirigeix el nostre "Gest Creatiu", i quan permetem que s'expressi ens permet sortir del bloqueig.

Utilitzem consignes afavoridores del moviment, perquè aquest sorgeixi fluid, lliure... i es pugui desplegar.

El Moviment Creatiu potencia i preserva la salut corporal. Obrint-nos, així mateix, a la possibilitat d'entrar en contacte amb nosaltres mateixos, l'entorn i els altres, de manera lliure i creativa