

L'ASSOCIATION VALPARAISO Présente son activité phare

# BIODANZA®

Système Rolando Toro

C'est une pratique pour  
les Hommes et les Femmes

Être dans le mouvement de la vie

Mieux vivre l'instant présent

Réduire et gérer son stress en douceur

Se retrouver      Se détendre

travailler son équilibre

La confiance en soi

S'offrir une pause pour soi

Nouveau cours pour débutants à NANTES

Séance découverte **MARDI 3 et 10 JANVIER** de 19h30 à 21h30

Salle de l'Ecole primaire Réformes

12, rue Réformes 44100 Nantes Chantenay

**Le cours sera ouvert jusqu'à fin juin**

Animée par Margarita Suarez

Renseignements : 02 40 69 53 76

[margarita.suarez@wanadoo.fr](mailto:margarita.suarez@wanadoo.fr)