



à jour au 12.03.2012

sur ce site...

PRATIQUER

[ateliers & stages](#)

[cours hebdos](#)

[dimanches](#)

[en famille](#)

[soirée festive](#)

[Créteil](#)

[Strasbourg](#)

SE FORMER

[nos écoles de Professeurs de Biodanza](#)

NOUS CONTACTER

[par formulaire e-mail ou téléphone](#)

DOCUMENTS

[la lettre info de ce mois-ci](#)

[documents à propos de la Biodanza](#)

LIENS INTERNET

[autres cours et écoles](#)

[sites amis de la Biodanza](#)



Site créé par Nathalie Arnould et Vishnuda Degrandi

- Consulter ce site
- 1. [navigateur](#)
- 2. mots soulignés ou colorés ou
- 3. [visite GUIDÉE](#)
- 4. [PLAN DU SITE](#)

bienvenue à la BIODANZA !

avec **NATHALIE ARNOULD** et **VISHNUDA DEGRANDI**
 enseignants depuis 1998
 et les Écoles de Biodanza Système Rolando Toro
 d'ILE DE FRANCE à PARIS,
 de STRASBOURG-Alsace-Lorraine et de l'île de la RÉUNION

La **BIODANZA**®, "danse de la vie" (biodanse) - créée au Chili dans les années 1960 par le professeur **Rolando Toro** - est un système d'intégration humaine et de croissance, stimulées par la musique, le mouvement, l'expression saine des émotions et les interactions à l'intérieur du groupe.

Grâce à des mouvements harmonisants, elle vise à promouvoir l'évolution personnelle et un **plaisir de vivre** plus riche et plus intense.

Son instrument est la **vivencia** : vécu "ici et maintenant" dans l'unité organique *musique - mouvement - émotion*.

Dans le système de la Biodanza, le noyau qui intègre notre humanité est l'**affectivité**, une connexion nourrissante avec soi-même, notre semblable, le groupe et l'environnement.



LA BIODANZA NOUS INVITE À PLUS DE VIE :

- se sentir plus enthousiaste et heureux,
- intégrer nos pensées, nos sentiments et nos actions,
- réhabiliter la confiance et l'estime de soi,
- développer notre capacité à aimer et être aimé,
- enrichir nos rencontres
- vivre nos relations de manière harmonieuse,
- améliorer notre capital-santé et réduire le stress.

Sur des mouvements **simples** et accessibles à tous, reliés à la vie quotidienne et aux archétypes ancestraux, la BIODANZA nous fait redécouvrir le **plaisir** de bouger, de vibrer, de ressentir et d'exprimer des émotions.

La Biodanza rétablit le mouvement comme langage universel et renoue avec les traditions de **célébrer la vie** par la musique, le rythme, le mouvement et le contact.



La Biodanza, contribution majeure aux sciences humaines contemporaines, est basée sur le **principe biocentrique** (la vie au centre) fondement des lois universelles de préservation et d'évolution de la vie.

Ses fondements et ses apports dans les différents domaines d'étude de l'être humain et du vivant - *anthropologie, éthologie, psychologie, sociologie, biologie, neuro-immuno-physiologie*, etc. - font de la Biodanza un **instrument efficace** de **mieux-être**, de **communication**, de **réhabilitation** et de **développement**.

formations professionnelles

à l'affiche...

prochains cours hebdomadaires :
 • mardi 13 mars
 • jeudi 15 mars

DIMANCHE
 après-midi mensuel
 18 mars

Biodanza en FAMILLE
 samedi
 17 mars

Lecture Corporelle et Massage Vivenciel
 avec Maïté Bernardelle
 23 & 24 mars

célébration à l'École d'Île de France
 lundi 9 avril ouvert à tous

stages

Identité et les 4 Éléments et Biodanza dans la Nature
 28 avr. - 1^{er} Mai à Belle-Île

Guérir nos blessures existentielles
 26-28 mai à Paris
 détails à venir

Cycle de **Croissance Personnelle** en Biodanza

documents

Rolando Toro sur l'**inconscient numineux**

conférence de Rolando Toro

via le **HÉRON** :



Pour revenir fréquemment,
placez l'adresse de ce site
dans vos favoris.
[Cliquer ici](#)

École de formation de Professeur de Biodanza à Paris



**Biodanza pour Enfants, Ados
& Famille**



**Biodanza pour
les Personnes Âgées**



**Les 4 éléments
et la Nature**



**Massage avec
Maite Bernadelle**



**Biodanza
Aquatique**



**Professeurs
Tuteurs des Écoles**

*"les fondamentaux
de la Biodanza"*

**Vidéo de
Biodanza avec les
personnes âgées**

[mentions légales](#)

[page précédente](#)

[haut de page](#)

[visite guidée du site](#)