

Ateliers tous nos sens
4 - 8 Juillet Futura Langlardie
www.futuralanglardie.com



TOUS NOS SENS



Mardi 4 juillet 23

8h30 - 9h30 Do in avec Anna

14h - 16h Teinture naturelle sur tissus - Atelier exploratif pour enfants et adultes

18h - 19h Pilates avec Lucie

Mercredi 5 juillet 2023

8h30 - 9h15 Pilates avec Lucie

10h - 12h Atelier danse pour les enfants (dès 5 ans) - Découverte de notre corps et ses expressions dans l'espace

18h - 19 h Do in avec Anna

Jeudi 6 Juillet 2023

8h30 - 9h15 Do in avec Anna

10h - 12h Atelier danse pour les enfants (dès 5 ans) - Découverte de notre corps et ses expressions dans l'espace

14h - 16h Les mains dans la terre - Atelier de poterie avec de la terre locale pour enfants et adultes avec Barbara (dès 4 ans accompagné, dès 6 ans seul)

18h - 19h Pilates avec Lucie

Vendredi 7 juillet 2023

8h30 - 9h15 Pilates avec Lucie

18h - 19h Do in avec Anna

Samedi 8 Juillet 2023

8h30 - 9h15 Do in avec Anna

10h - 13h Atelier Danse – Découverte de notre corps et ses expressions dans l'espace
Suivi par une performance

13h Apéro Empanadas de Martin et pique-nique au jardin

14h30 - 21h Cueillette, cuisine et dîner de plantes sauvages avec Johanna

18h - 19h Pilates avec Lucie

- Atelier mouvement matin ou soir – 5 €
- Atelier danse ou teinture prix bien-être 20 € adulte 10 € enfants.
- Prix solidaire 10 € et 5 € enfants.
- Forfaits de prix pour ceux qui restent pour plusieurs séances à convenir.
- On s'adapte à la météo pour les lieux d'ateliers (extérieur - intérieur)
- Les ateliers sont sur réservations, places limitées à 6-8 personnes.



reservation@futuralanglardie.com

07 66 82 06 78 (aussi possible par message)

Atelier danse avec Lucie

À l'atelier de danse, nous prendrons conscience de nos sens, nous écouterons notre corps, reconnaitrons nos mouvements et nous nous connecterons à nous-mêmes et à l'environnement.

Atelier teinture naturelle tissus avec Andrea

La nature offre divers matériaux de teinture. Nous les utilisons consciemment, que ce soit des feuilles, des racines, des fruits ou des sous-produits de cuisine.

Dans notre atelier de teinture, nous colorons des fibres naturelles, des papiers et fabriquons des détrempe pour sensibiliser à l'utilisation des ressources naturelles.

Pilates avec Lucie

Ressentez votre corps à travers des mouvements ciblés, expérimentez la force musculaire, entraînez la respiration en harmonie avec la tension musculaire et profitez de l'effort agréable grâce à des mouvements fluides.