



# Healing Dance 1

Inika Spence-Whaley Instructeur WABA de Healing Dance

Du lundi 3 décembre (10h) au samedi 8 décembre 2018 (17h)

à côté d'Agen « Le Miel & l'eau »

## La formation de Healing Dance

Dans le cadre des programmes de la Worldwide Aquatic Bodywork Association (WABA) créée par Harold Dull ,le premier cours obligatoire est un Basic. Il est possible de le suivre en watsu mais aussi en Healing Dance. Ce cours vous donnera 50h dans la formation.

Au cours du stage, vous apprendrez bien sûr les positions, les mouvements et les techniques de base du Healing Dance en vue de donner des séances à des proches. Et vous vivrez pleinement une expérience nouvelle, celle du travail corporel aquatique, à la fois comme donneur et comme receveur.

Enfin, ce stage constituera la suite d'un parcours 100h de formation conduisant au certificat de praticien de Healing Dance.

### **Pré-requis nécessaires: Intro Healing Dance**

Ce cours vous donnera la possibilité de donner une séance de 1h et d'acquérir les principes et les bases de la Healing Dance avec son créateur. Formateur agréé par W.A.B.A.(Worldwide AquaHc Bodywork Association) et vous donne 50h d'accréditation dans le parcours WABA pour devenir praticien .

## Le Healing Dance



La Healing dance a été développée par Alexander George qui a été un des premier élève de Harold Dull, il a crée sa propre forme à travers son expérience de danseur de ballet.

Cette technique rajoute le mouvement et crée une impression de ballet dans l'eau avec le receveur. c'est par le mouvement continue que se crée le relâchement musculaire. Il permet de libérer plus rapidement les tensions au niveaux des lombaires,

du dos, du cou et convient particulièrement aux femmes enceintes.

La « Healing Dance » a beaucoup d'aspects variés, tous basés sur la puissance guérisseuse du mouvement. Le praticien établit une connexion emphatique avec le bénéficiaire, il est formé pour refléter toutes les impulsions cinétiques naissantes. Comme un chef d'orchestre, il établit un champs rythmique au début de la séance par le souffle, son mouvement et état d'esprit.

La Healing Dance est une façon nouvelle et différente d'envisager le travail corporel aquatique. Le mouvement grâce à l'hydrodynamique libère le corps et permet d'atteindre le centre de l'être.

L'approche est aussi différente car en associant le mouvement, la liberté et l'acceptation de la propre expression aux cotés nourrissant et rassurant des autres formes déjà connues, nous nous ouvrons a de nouvelles possibilités les positions vont s'enrichir avec différentes marches permettant de se déplacer dans le bassin. Ces techniques et principes sont vus d'abord sur terre puis pratiqués dans l'eau pour les intégrer plus facilement.

## L'organisatrice

Enseignant et formateur dans plusieurs domaine, praticienne de Watsu, instructeur de Healing Dance, **Sophie Anquetil** s'attache dans ses cours à transmettre son expérience de plus de 20 ans ,la précision de la technique d'Alexander et le plaisir de partager ce qui l'anime le plus. Elle est aussi fondatrice de l'Aqua Tantra

Plus d'infos sur : [www.usoffiu.com](http://www.usoffiu.com)

## Le formateur



**Inika Spence-Whaley** est une enseignante depuis 1996, travaillant chez Harbin Hot Springs en tant que praticienne Watsu®, WaterDance et Healing Dance®. Ses cours sont éclairés par son travail de thérapeute et apportent un aspect pratique et concret à son enseignement. Elle a plus de 2800 heures de formation et plus de 4500 heures d'enseignement aquatique. Inika enseigne le Watsu et la Healing Dance aux sources thermales de Harbin et dans le monde entier depuis 1999.

Elle apporte de la grâce à l'eau et transmet cette grâce à ses étudiants par ses connaissances du mouvement et de son expérience dans le yoga, le tai-chi, la danse et la méditation. Elle est également une praticienne en expérience somatique (SEP) qui apporte une compréhension profonde du corps et de l'esprit dans ses sessions et ses cours. L'eau est sa passion depuis sa découverte en 1995.

Inika était directrice de l'École des arts de la guérison de Harbin jusqu'à ce qu'il brûle dans l'incendie de la vallée en Californie en 2015. Elle a depuis déménagé à la grande île d'Hawaï, travaillant au Kalanihonua Retreat Centre jusqu'à sa fermeture en 2018. Elle vit actuellement du côté nord de l'île et trouve de la résilience dans les changements de flux et de reflux de la vie.

## Formule

comprenant cours + location du bassin pour le cours et la pratique individuelle + matériel pédagogique + enregistrement WABA (auxquels s'ajoutent éventuellement l'adhésion de 20 € à Watsu France )

Tarif Early bird en cas d'inscription avant le 1<sup>er</sup> oct 2018 : 780 euros. Tarif normal en cas d'inscription après le 1<sup>er</sup> octobre 2018 : 820 euros.

Procurer un manuel du Healing Dance Basic (envoyé avant le début du stage).

## LE LIEU

Le Miel et L'Eau, Las Taoulès 47130 CLERMONT-DESSOUS

**[www.lemieletleau.fr](http://www.lemieletleau.fr)**

Les cours sont donnés dans un bassin chauffé à 34-35° e Chaque jour, vous avez la possibilité de retourner dans le bassin pour pratiquer. Le travail au sol se fait dans une belle salle sur place.

## LES HORAIRES

Le **lundi**, l'accueil se fait entre 9h et 10h.

le cours débute en salle à 10h.

Chaque jour, nous faisons une pause déjeuner de 2h.

## LE MATÉRIEL

Le HD se pratique en maillot de bain et, le plus souvent, avec des flotteurs autour des mollets ou des cuisses. Nous apportons les flotteurs, mais si vous en avez amenez les votre ,n'oubliez pas votre maillot de bain ! L'idéal est même d'en avoir deux. Pour le reste, prenez vos affaires de piscine : serviette, peignoir de bain, savon, shampoing...

Comme pour tout séjour prolongé dans l'eau, pensez à apporter un lait ou une huile pour ré-hydrater la peau. Et un bonnet, un chapeau pour retrouver le froid extérieur. Un top thermique, des bouchons d'oreille peuvent aussi se montrer utiles.

N'oubliez pas enfin des vêtements confortables pour travailler au sol ainsi que du matériel pour prendre des notes.

## L'HÉBERGEMENT

Chambres dans le gîte de 40€ (à partager) à 70€ (seul) par jour/personne

## LES REPAS

Les repas sont faits par un traiteur pour 15 € par repas, possibilité de cuisiner sur place si vous le désirez.

## LE TRANSPORT

### **En voiture:**

Coordonnées GPS « Le Miel et L'Eau » : Lat : 44.2609335

Long : 0.4808281 SurlaD813,voustrouverezdespancartes« LemieletL'eau»quivousguideront

jusqu'au centre de bien-être.

**En covoiturage** : Remplir le bulletin d'inscription pour partager un bout de route avec d'autres participants. Et sinon : [www.blablacar.fr](http://www.blablacar.fr)

**Avion:** Aéroport le plus proche: Toulouse

**Train:** Gare d'Agen

Nous proposons à ceux qui arrivent à Agen par un moyen de transport publique de venir les chercher en voiture.

## LES TARIFS

Cours + bassin + salle : Le tarif du cours est de 820 €

**Adhésion à Watsu France** : L'adhésion à Watsu France est obligatoire, notamment pour des raisons d'assurance. La cotisation qui fait l'objet d'un paiement séparé (si possible en chèque libellé à l'ordre de Watsu France) s'élève à 20 €.

[www.usoffiu.com](http://www.usoffiu.com)

Pour vous inscrire au stage de Healing Dance 1du 3 au 8 décembre 2018, il est nécessaire :

- de remplir et d'envoyer par la voie électronique ou postale le formulaire d'inscription ([usoffiu@gmail.com](mailto:usoffiu@gmail.com), Association Usoffiu 3 quartier Raffinu 20 214 Calenzana) ;
- de régler des arrhes d'un montant de 180 euros à l'ordre de usoffiu (paypal [usoffi@gmail.com](mailto:usoffi@gmail.com))

En cas de désistement de votre part, ces arrhes qui correspondent aux frais de location du bassin seront conservés par l'organisateur. En cas d'annulation du stage par l'organisateur, ils vous seront intégralement remboursés.

**Adhésion à Watsu France** : cette adhésion qui comprend une assurance est obligatoire. Si vous n'êtes pas déjà adhérent pour l'année civile en cours, vous pourrez régler la cotisation de **20 euros** sur place avant le début du cours (par chèque à l'ordre de Watsu France si possible).

Prénom :

Nom :

.....  
Tél. mobile : Tél. fixe :

.....  
Adresse postale : Adresse électronique :

.....  
Cours de Watsu déjà suivis :

.....  
Informations personnelles (par exemple condition médicale ou régime alimentaire spécifiques : voir les contre-indications au Watsu sur [www.watsu-paris.fr](http://www.watsu-paris.fr), section Séances) :

.....  
Après avoir pris connaissance des conditions d'organisation,  
je soussigné(e) ..... souhaite m'inscrire  
à ce cours.

Signature

Semaine de 50 heures de Healing Dance (possible de valider auprès de WABAR si vous le désirez)

pré-requis nécessaires Watsu 1 ou intro Healing Dance.

Formateur agréé par W.A.B.A. (Worldwide AquaHc Bodywork AssociaHon) et vous donne 50h d'accréditation dans le parcours WABA pour devenir praticien .

