

Etienne Hayem



Samedi 14/07 et dimanche 15/07 à 8h30

Atelier de WUTAO

WUTAO , éveiller l'âme du corps

Le Wutao® est né au cours de l'année 2000 du métissage des expériences de Pol Charoy et Imanou Risselard : bio-énergétique taoïste et occidentale, arts martiaux et scéniques, yoga. En chinois, Wutao (prononcé Woutao) s'écrit avec deux idéogrammes : « Wu » pour « danse » ou « éveil » et « tao » qui évoque à la fois l'idée de cheminer et le mouvement permanent de la vie.

En restaurant le mouvement pulsatoire et ondulatoire de la colonne vertébrale, en retrouvant la dynamique circulaire de la respiration, la pratique du Wutao fluidifie dans le même temps notre corps, nos émotions et notre esprit. Peu à peu, nous apprenons à lâcher prise; notre matrice se détend et notre bassin s'ancre. Le geste devient calligraphie, sentiment. Le corps « se défroisse », nous devenons plus créatifs : l'âme du corps s'éveille. Atelier accessible à toutes et tous.

