



# buikdansweek in **Lavaud Rouge**

31 juli - 4 augustus 2017, midden Frankrijk

Beste buikdansvriendin,

Zin om je 5 dagen lang onder te dompelen in traditionele, klassieke en populaire Egyptische buikdans?

Zin om zowel je techniek als je stijlkennis te verdiepen?

Zin om de heerlijk aardende, repetitieve en hartverwarmende dansen uit Marokko, Algerië en Tunesië te ontdekken?

Zin om je conditie en gezondheid een extra boost te geven met Nia-energiedans?

Zin om meer rust te vinden in je beweging en je innerlijke gratie uiterlijk en sensueel te laten stralen?

Zin om van je dans een toonbaar verhaal te maken onder begeleiding van een regisseur?

Dat kan allemaal tijdens deze zomerworkshop in een prachtige landelijke omgeving, waar vrede, ruimte en tijd jouw inspiratie laten bloeien!

In de buik van Frankrijk ligt de Bocage Bourbonnais, een zacht glooiend hagenland met groene weiden en machtige eiken. Daar bevindt zich onze 'rode vallei'.

Lavaud Rouge is een domein met vierkantshoeve, wondermooie uitzichten en een horizon die laat dromen. Een grote dans- en beweegruimte en een gezellig vrienden huis bieden je een tijdelijke thuis.

Je kan er naturalistisch leven als je dat wenst.

We nodigen je uit voor een intense dansvakantie met voldoende vrije tijd om ook te wandelen, luiers en dorpjes te verkennen...

Dans je mee?

*Vera (dans) en Philip (regie)*

## voor jou

Ben je danseres met enige basis-buikdanservaring, van half- tot vergevorderd, dan ben je van harte welkom.

## welkom

Van maandag 31 juli tot en met vrijdag 4 augustus (aankomst zondag 30/7, vertrek zaterdag 5/8)

15 lesuren buikdans - maghreb-dans - eros & grace - nia

€ 250: inbegrepen lunch (met brood en slaatjes), water, koffie/thee, fruit en koekjes en verblijf op Lavaud Rouge.

Niet inbegrepen: reiskosten, ontbijt & avondmaal, andere extra's.

Vroegboek-prijs: € 225 (bij inschrijving & betaling voor 1 juli)

## verblijf

Ter plaatse kunnen we 8 gasten huisvesten voor een eenvoudig verblijf in of rondom 'la maison d'amis' (grote eetkeuken, grote woonkamer, 3 slaapvertrekken met 2 tot 6 slaappleaatsen, badkamer met douche, wc). Je kan eventueel je eigen tentje meebrengen en in de weide kamperen.

Je kan ook terecht in één van de talrijke Chambres d'hôtes, gîtes of hotelletjes in de omgeving.

## reis

Ons adres in Frankrijk: Lavaud Rouge, 03160 Franchesse, tel +33 6 19 65 02 50  
Franchesse ligt ongeveer 250 km onder Parijs, departement Allier.

Samenreizen wordt aangemoedigd.

## heerlijk samenzijn

Artistieke uitwisseling is altijd heerlijk en inspirerend, dus wie een instrument bespeelt, graag tekent of verhalen schrijft: je bent van harte welkom om je kunst te beoefenen of te delen met de andere danseressen tijdens de 'kampvuur-momenten'.

Ontbijt en avondmaal, boodschappen en uitstapjes kunnen we samen organiseren, op maat van de groep en jouw wensen...

**buikdansweek in Lavaud Rouge** 31 juli - 4 augustus 2017, Franchesse  
**Amana Dance Theatre** +32 494 12 12 80 a@buikdans.net www.buikdans.net www.lavaud-rouge.net



samen dansen en genieten in de natuur... je komt toch ook?