



Je suis Anyes Olek, âgée de 49 ans et j'habite Angoulême. Enseignante pendant 23 ans dans l'Enseignement Public du 1^{er} degré et le handicap mental, la transmission et le partage constituent les éléments essentiels de mon éthique. D'abord praticienne en danse africaine, contemporaine... la Danse Contact Improvisation, la Danse Thérapie, Derviche, le Bûto, le Tai Chi Chuan et le yoga m'ouvrent une porte vers la **Danse Libre** et la voie de l'Énergie. En 2014, je crée l'association *Spirale Danse* pour partager ma passion de la Danse Libre.

Certifiée en Danse de l'Être, de Fabienne Courmont, danse thérapeute, en 2014. Prochainement certifiée en Bambou Do. Actuellement, je suis une formation en Pédagogie du Mouvement Libre, pour enfants et adultes.

En 2016, je crée la **Danse du Coeur**, une Danse Libre spirituelle.

J'anime des ateliers hebdomadaires et stages de Danse libre, seule ou en co-animation pour enfants et pour adultes : Mandala&Danse, Energie et Danse thérapeutique (stage Hara et Essence avec Anne Lajara, énergéticienne formée à la technique de Barbara Brennan), Chi Qong et Danse Tournante avec Patrick Couquiaud, naturopathe et énergéticien)

Aussi, j'organise des stages (ex : Danse Contact Improvisation, avec un intervenant extérieur, 2fois/an)

Je peux me déplacer et animer des stages, ateliers dans votre lieu (fête du Maine Faure, Festi Piano..)

<mailto:danselibre8@gmail.com>

[facebook.com/spiraledanse8](https://www.facebook.com/spiraledanse8)



Je vous propose un atelier de découverte de la **Danse libre**, jeudi 10 mai de 9h45 à 10h45. Le travail du mouvement nous apprend à habiter notre corps, à trouver nos racines, nous ancrer et nous centrer. Alors nous pouvons nous déployer, et rayonner qui nous sommes.

Et une belle soirée **Danse du Coeur**, vendredi 11 mai de 21h à 22h15.

Une danse de Reliance à soi, à la Terre, au Ciel, au Coeur...et aux autres, à tout ce qui m'entoure, visible et invisible.

Ces danses sont accessibles à tous, quels que soit l'âge. Aucune expérience de la danse n'est requise.