**Chemin de retour à Soi-même avec et à travers les Dauphins**

“MyHome”

Voyage à Sataya du 24 au 31 Août 2025

CorpsMouvementDanse selon les principes de l’Anatomie Divine et de la Géométrie Sacrée

Le parcours de retour à Soi-même passe par les principes de base de l’Ayurveda qui nous permettra de rééquilibrer et réintégrer le dialogue inné avec la nature dans une perspective universelle de micro-macrocosme (ètre humain-Nature)

Pendant ce séjour au pays des dauphins, nous vous proposerons un stage avec différents outils :

Respiration (pranayama), méditation, récitation de mantras, exercices inspirés par la mèthode pilates, DanzaLibera, art thérapie (danse, art plastique…)

Apprendre à reconnaitre le déséquilibre des dosha (physiologie du corps selon l’Ayurveda) ainsi que tous les déséquilibres à l’intérieur de notre vie afin de retrouver le bien ètre à travers un style de vie parfaitement en harmonie avec la nature et notre constitution.

**Qui sommes nous?**

**Stefania Libera Ceccarelli** née à Amelia (Italie) en 1966. Diplomée en 1992 en psychologie clinique avec une thèse sur le “Rite, Danse et Théatre”. Elle découvre la danse africaine avec Elsa Wolliaston. En 1996 elle s’installe à Paris pour se perfectionner professionellement. Elle fréquente les écoles de danse contemporaine de D.Dupuy et la Choreia. En 2001 elle crée à Paris l’association “Racines d’Amour” et en 2005 la compagnie de Danse “Sibilla”. En 2004 elle est reconnue par l’Unesco. Depuis 1997 elle voyage vers différents pays d’Afrique de l’Ouest pour approfondir sa recherche d’expression dans le code africain. En 2006 elle revient en Italie et obtient en 2009 le diplome d’enseignante de Pilates. En 2012 elle ouvre un laboratoire artistique “Stella Danzante” en Ombrie où elle enseigne. En 2014 elle obtient le diplome d’enseignante de Hata Yoga et en 2017 elle se diplome en Education Posturale.

En 2018 elle devient Master Trainer auprès de la Fédération Pilates en Italie.

**Diane Verbist** née à Rome en 1968 de parents Belges. Diplomée en 2013 en Naturopathie Ayurvédique auprès de AIA - Ayurveda International Academy à Florence. En 2013 elle obtient le diplôme en Abhyanga (massage Ayurvédique) auprès de AFVA - Asociacion de Filosofia de Vida Ayurvedica.

En 2014 elle fréquente le Master en Ayurvéda auprès de l’Université de Sant Joan De Deu à Barcelone. La mème année elle participe à un stage à Haridwar en Inde auprès de Patanjali Ayurved College & Hospital.

Elle a été initiée à l’Ayurveda par l’Acharya Docteur Sudhakar Powar en 2009 et continue encore aujourd’hui à collaborer avec lui.