



ÉCOLE DE BIODANZA® ROLANDO TORO MÉDITERRANÉE
Association CADRE MÉDITERRANÉE

Formation des Facilitateurs de Biodanza Système Rolando Toro Araneda

www.ecolebiodanza-med.com

Membre de l'International Biocentric Federation – IBFed

Membre de l'Association des Ecoles de Biodanza en France - ASSEB

Document : *Flyer et bulletin d'inscription – Programme Inter-cycles 2026 – 2027*

Version du : 01/08/2026



PROGRAMME INTER-CYCLES 2026 – 2027

Formation continue et Stages

Lieu : La Colline des Anges

127 chemin des Courraouts - 06330 Roquefort les Pins (France)

LA FORMATION CONTINUE

Acquérir de nouveaux outils pour de nouvelles compétences

Guider nos groupes sur un chemin évolutif diversifié

Ouvrir nos ailes et nous actualiser

Lorsque nous sommes facilitateurs et que nous avons avancé dans notre pratique, de nouveaux besoins, de nouvelles possibilités s'ouvrent à nous et aux personnes que nous accompagnons. C'est grâce à un processus de formation continue, d'actualisation et de perfectionnement que nous trouverons des outils plus spécifiques à même de répondre à des voies d'approfondissement de notre pratique. Nous pouvons viser l'excellence.

Formation continue



Et si vous faisiez de votre parole un véritable outil vivant au service de vos séances ?

Trouver les mots justes pour offrir à vos participants cet état si particulier que nous nommons « la vivencia », c'est **acquérir la poésie et la musique des mots**.

En Biodanza®, votre parole peut accompagner chaque participant avec finesse en soutenant l'induction des vivencias.

Lorsque vous reliez avec sensibilité le sens de la danse, son objectif et la précision de sa mise en œuvre, vous ouvrez un espace poétique et profondément humain. Votre parole prend alors une dimension relationnelle forte, facilitant le chemin singulier de chacun.

Un stage de formation continue incontournable pour enrichir le choix des mots, l'intonation, la posture, la puissance de la voix pour mieux conduire les vivencias et **devenir plus intime avec votre parole**.

Nous mettrons tout particulièrement l'accent sur la consigne : la construction, le choix des mots, son aspect poétique et sa cohérence globale avec le thème proposé.

Nous aborderons aussi la possibilité de faire évoluer notre consigne pour qu'elle s'adapte au « grandir » du groupe, que ce soit un groupe ouvert ou un groupe fermé.

Comme le dit Hélène, cette proposition part d'une conviction partagée très claire : comme il existe une sémantique musicale propre à la Biodanza, il existe aussi une sémantique verbale qui lui est propre. L'une et l'autre se servent et servent le processus vivenciel.

- **Avec** : Catherine Charbonnier, Nathalie Pacoret, Michel Bercher
- **Dates** : Vendredi 11 septembre (20h) au dimanche 13 septembre 2026 (17h30)
- **Tarif** : 160 €
- **Prérequis** : Professeurs Didacticiens, Facilitateurs Titulaires et en cours de supervision, Étudiants en Méthodologie

Féminin, Masculin : de la dualité à l'étreinte intérieure

Stage vivenciel



Nous portons toutes et tous, **au cœur de notre être, deux polarités essentielles** : une force d'accueil, de sensibilité, de réceptivité, et une force d'orientation, de décision, d'action. Souvent, ces dimensions se vivent en tension, comme si nous devions choisir entre l'une ou l'autre. Ce stage propose un **chemin pour les reconnaître, les honorer et les laisser enfin se rencontrer**.

Dans notre histoire comme dans l'histoire de l'humanité, nous avons la mémoire de la dualité entre ces deux principes, avec une plus large domination du Masculin sur le Féminin qui se répercute sur notre « être » au monde : mise en valeur de la compétition, de la performance, du rendement au détriment de la sensibilité, de la vacuité, de l'écoute et du respect.

Ce week-end sera une invitation à sortir de la lutte intérieure pour **goûter à une alliance plus douce et plus consciente** : un « **couple intérieur** » où la sensibilité n'est plus fragilité, où la clarté n'est plus dureté, où l'élan et l'accueil se soutiennent mutuellement.

Au fil des danses, nous **renforcerons nos ressources intérieures profondes** pour que notre « féminin intérieur » et notre « masculin intérieur » puissent se manifester dans notre vie : dans nos relations, dans notre manière de nous engager, de créer, de nous protéger, de nous offrir.

Ce stage s'adresse à tous ceux qui souhaitent vivre un temps de présence à eux-mêmes, nourrir la confiance en la vie et ouvrir un espace d'amour plus vaste envers qui ils sont. Une invitation à se laisser toucher, se laisser danser, se laisser rencontrer.

- **Avec** : Catherine Charbonnier, Nathalie Pacoret assistées de Michel Bercher
- **Dates** : Vendredi 9 octobre (20h) au dimanche 11 octobre 2026 (17h30)
- **Tarif** : 160 €
- **Prérequis** : 1 an de Biodanza en cours hebdomadaire régulier

La Transe : de l'initiation à l'approfondissement

Formation continue



Par la danse, modifier notre perception...
Par la transe, ouvrir les portes de la conscience...

En accord avec la méthodologie de la Biodanza et son modèle Théorique, **le processus d'intégration passe par la capacité de plus en plus grande de diminuer l'action des mécanismes de défense et de contrôle qui conditionnent la perception.** Ceci afin de transformer notre relation à nous-mêmes et au monde, à partir de la vivencia de « non-séparation ». L'induction des états modifiés de conscience par la vivencia demande de maîtriser des outils aussi puissants que la musique, la danse et les situations de groupe, mais aussi d'accompagner de façon progressive l'approfondissement de la transe (ses effets, ses manifestations, ses nuances).

- **Avec :** *Hélène Jeanne Lévy Benseft*
- **Dates :** *Vendredi 13 novembre (20h) au dimanche 15 novembre 2026 (17h30)*
- **Tarif :** **160 €**
- **Prérequis :** *Professeurs Didacticiens, Facilitateurs Titulaires et en cours de supervision, Étudiants en Méthodologie*

Stage vivenciel



Approche des Quatre Accords & du Cinquième Accord...

Nous sommes le produit – oui le terme est fort – d’une société fondée sur des vérités que nous ne questionnons plus et que nous faisons nôtres. Auxquelles nous nous identifions et à partir desquelles nous créons nos rêves de vie. Notre vision du monde. A partir desquelles nous croyons être libres. Mais ces «vérités», sont souvent des conditionnements et sont limitées au cadre de la peur, souvent de la haine ou de la honte, de la mésestime de soi et de la vie. Les retrouvailles avec la force première – celle de la vie – qui peut orienter notre perception, notre sensation de nous-mêmes, nos pensées et nos actes, nous affranchissent de ces cadres limitants et nous ouvrent un espace de liberté. **Or, comme pour tout chemin, sur celui de la liberté (celle d’être simplement et pleinement soi-même et d’évoluer au-delà de toutes les définitions de soi) il y a des pas et des aides pour chaque pas.**

Le mot «Toltèque» veut dire «artiste». Pour être l’artiste de notre propre vie et déployer notre art avec générosité, nous avons besoin de quelques outils. Comme le peintre a besoin de sa concentration, de son observation, de sa sensibilité, de son courage de créer et de son inspiration, tout autant que de ses pinceaux et de ses couleurs.

Les Accords Toltèques – aujourd’hui au nombre de cinq – sont ces **outils dont nous pouvons nous servir pour exprimer notre art au quotidien et faire de notre vie notre œuvre la plus précieuse.** Nous développerons en quoi la Biodanza leur donne corps. Aussi en quoi ils en illustrent et consolident les principes fondamentaux.

Un enseignement vivant va au-delà des paroles : il nous attend dans nos actes.

- Que notre parole soit impeccable.
- Quoiqu’il arrive, n’en faisons pas une affaire personnelle.
- Abstenons-nous de faire des suppositions.
- En toute circonstance, faisons de notre mieux.
- Restons sceptiques, tout en sachant écouter et nous questionner.

La création de ce travail d’approche de la Voie Toltèque par la vivencia est le fruit de la rencontre de deux enseignements au cœur de ma pratique, mais surtout de mon quotidien : celui de Rolando Toro Araneda et celui de Miguel Ruiz.

Les Accords Toltèques invitent à une posture existentielle qui peut conduire à la paix, à l’harmonie avec le monde et avec soi. La Biodanza invite à une expérience pleine et intégrée de

la vie, où sentir, agir et penser forment une unité cohérente. L'une et l'autre de ces deux approches sont des appels, à l'amour de la vie. L'une par l'autre, elles acquièrent puissance et profondeur. Lors de ce stage, nous "incorporons" ces cinq accords. La puissance intégrante de la vivencia en Biodanza soutiendra nos pas sur une voie de plénitude et d'unité.

Lorsque nous dansons, chacune de nos cellules vibre du réveil intense du message vivant qui l'âme. Lorsque nous dansons les accords avec la vie, tout notre être devient musique. Une musique dont chaque accord anime chacune de nos pensées, de nos paroles et de nos actes.

- **Avec :** *Hélène Jeanne Lévy Benseft*
- **Dates :** *Vendredi 11 décembre (20h) au dimanche 13 décembre 2026 (17h30)*
- **Tarif :** **190 €**
- **Prérequis :** *2 ans de Biodanza en cours hebdomadaire régulier*

Les 4 Animaux : danser sa puissance intérieure

Stage vivenciel



« Danser notre puissance intérieure », c'est renouer avec la sagesse de nos instincts.

Dans notre culture, nous avons souvent perdu la connexion avec cette sagesse, alors que **nos instincts sont le socle sur lequel repose une connaissance ancestrale, intime de la vie**. C'est elle qui nous guide, nous protège, nous relie à ce qui est bon pour nous.

L'animal a conservé cette sagesse de l'instinct et de tout temps, il a été la **figure archétypique de sa force**. Alors Rolando Toro, à travers la Biodanza nous invite à les danser pour que les danses des animaux constituent **nos nouveaux rituels de célébration du lien ancestral avec la nature et sa force**. Pour nous éveiller, et stimuler en nous et autour de nous l'euphorie de vivre.

Danser les archétypes, ces grandes images universelles qui parlent à notre inconscient, c'est incorporer dans la danse les qualités de l'animal, les faire vivre dans nos cellules, jusqu'à les intégrer comme des forces intérieures.

Nous avons besoin de retrouver en nous la connaissance intime que le serpent a du paradis : la séduction, la tentation érotique et ses extases, l'harmonie de sa danse. De l'hippopotame qui jubile, nous recevons la capacité de savourer les plaisirs de la vie naturelle, la plénitude, le repos, la jouissance d'un corps voluptueux. Du héron, nous apprenons l'élévation, l'aptitude à nous libérer des dépendances, et l'horizon infini de l'imaginaire. Avec le tigre, nous retrouvons la détermination, l'agilité et l'élégance du saut, la plénitude de la force, la combativité et la vigilance.

Rencontrer ces quatre forces et les laisser dialoguer entre elles, favorise **l'alchimie des 4 animaux en nous** : une manière plus unifiée, plus vivante et plus cohérente d'habiter notre puissance, notre joie, notre sensualité et notre liberté.

Ce stage sur les 4 animaux en Biodanza nous invite à réveiller la puissance de nos instincts et à laisser émerger leur sagesse au service de notre épanouissement personnel et humain.

- **Avec** : Catherine Charbonnier, Nathalie Pacoret, Michel Bercher
- **Dates** : Vendredi 29 janvier (20h) au dimanche 31 janvier 2027 (17h30)
- **Tarif** : 160 €
- **Prérequis** : 1 an de Biodanza en cours hebdomadaire régulier

Les 4 Eléments : exprimer pleinement son identité

Stage vivenciel



La proposition de « l'Identité et les Quatre Eléments » de la Biodanza a pour objectif de stimuler dans notre expression, les caractéristiques des éléments les plus inhibés et d'équilibrer les plus excessives.

Par la danse et l'invocation des éléments que sont la terre, l'eau, le feu et l'air, par la réalisation de vivencias symboliques, cette proposition est une invitation à **déployer son « Alchimiste » intérieur capable de transformer le plomb de l'existence ordinaire en or de la vie.**

Dans l'imaginaire collectif et individuel, les éléments sont dotés de qualités, de potentialités spécifiques. **Comme une palette d'artiste, chaque élément porte de multiples nuances qui nous permettent de nous révéler dans notre plénitude et complétude intérieure.** Nous sommes alors des **artistes prêts à livrer le poème de notre identité au monde.**

C'est sur la base du Modèle Théorique de la Biodanza et de ces concepts structuraux, que l'art de Rolando Toro Araneda s'est fondé pour créer cette extension afin de revaloriser et resignifier les multiples qualités associées aux Quatre Eléments, comme **autant de symboles archétypaux de nos forces intérieures.** Et ce qui nous intéresse, c'est bien sûr l'interaction des éléments entre eux, pour éviter toute polarisation et ainsi **s'offrir un bouquet d'expressions identitaires.**

La terre a besoin du feu et de l'eau pour être fertile (concrétiser mes projets) ; de l'air pour s'alléger (sortir de la sécurité pour oser).

L'eau a besoin de terre pour ne pas s'éparpiller (créer, s'ouvrir à de nouvelles activités sans se perdre), de feu pour se réchauffer (rajouter du fétiche à l'éros – rajouter de la passion à l'affectivité), d'air pour s'animer (rendre nos émotions créatrices).

Le feu a besoin de l'air pour s'ouvrir (offrir sa puissance au service de l'autre, de la vie), de terre pour se nourrir (la sécurité permet d'oser ses projets), d'eau pour être accepté (trop de spontanéité peut faire peur, la modulation permet d'entrer plus facilement en relation).

L'air a besoin du feu pour s'élever (oser proposer nos idées, de l'eau pour se matérialiser (plaisir cénesthésique, sinuosité, corporalité confortable), de la terre pour orienter son action (sans s'éparpiller).

Nous vous proposons de venir danser les éléments, de plonger au cœur de vous-mêmes, à travers leur sagesse archétypale pour en sentir et exprimer dans la danse, leur quintessence alchimique et aller plus profondément encore à votre rencontre.

- **Avec :** Catherine Charbonnier, Nathalie Pacoret, Michel Bercher
- **Dates :** Vendredi 19 mars (10h) au dimanche 21 mars 2027 (17h30) – **Sur 3 jours pleins**
- **Tarif : 220 €**
- **Prérequis :** 2 ans en cours hebdomadaire régulier

La Sexualité : de l'initiation à l'approfondissement

Formation continue



Adoucir les résistances...
Ouvrir des portes...

L'intégration du contact au processus d'intégration en Biodanza est incontournable. Il se fonde sur la connaissance que nous avons de son importance dans la structuration de l'identité. Il doit donc être introduit avec soin, ne devant être ni trop chargé d'enjeux, ni banalisé. Mais s'inscrivant dans l'accompagnement de la recherche légitime de cohérence de toute personne en quête de sa plénitude, de son authenticité, dans le respect d'elle-même et de l'autre.

Et en même temps, l'aventure du contact se confronte à un contexte culturel où sa manifestation intégrée n'est pas aisée. Cela demande du tact et, surtout, la connaissance des dynamiques individuelles et groupales face à ce que peuvent générer les situations où le contact est l'élément clé de l'échange dans la rencontre avec autrui.

Bien qu'absolument naturels en tant qu'expérience humaine, le contact et la caresse s'inscrivent dans des registres qui se répondent en écho : affectivité et sexualité.

Se rajoutent à cela, des éléments culturels complexes qui en rendent l'approche particulièrement sensible.

Notre objectif est de permettre que l'affectivité y puise ses mécanismes d'intégration et de résilience.

Que la sexualité y trouve une forme de liberté et de cohérence permettant de vivre des relations harmonieuses et vivantes dans ce registre.

L'une comme l'autre peuvent être soutenues par des pistes méthodologiques et de gestion de groupe.

- **Avec :** *Hélène Jeanne Lévy Benseft*
- **Dates :** *Vendredi 11 juin (20h) au dimanche 13 juin 2027 (17h30)*
- **Tarif :** **160 €**
- **Prérequis :** *Professeurs Didacticiens, Facilitateurs Titulaires et en cours de supervision, Étudiants en Méthodologie*

INFORMATIONS PRATIQUES

FORMALITÉS D'INSCRIPTION :

1. Complétez le bulletin d'inscription ci-dessous.
2. Retournez-le accompagné de votre chèque d'acompte (100 €) ou de l'attestation de votre virement bancaire.
 - **Cet acompte est valable pour l'ensemble des modules sélectionnés.**

Adresse postale :

Ecole de Biodanza SRT Méditerranée
Chez Catherine Charbonnier
615, chemin des Rougières
06510 Carros (France)

Adresse mail :

michel.bercher@wanadoo.fr

HÉBERGEMENT :

A réception de votre bulletin d'inscription et de votre acompte, nous vous enverrons un mail de confirmation avec les informations pour votre hébergement.

POUR TOUT AUTRE RENSEIGNEMENT :

- Michel Bercher : 06 40 59 30 58 - michel.bercher@wanadoo.fr
- Catherine Charbonnier : 06 77 86 66 05 - charbonnierca@wanadoo.fr
- Nathalie Pacoret : 06 80 24 05 98 - nathalie.pacoret@gmail.com
- Hélène Lévy Benseft : par WhatsApp au 06 64 84 63 09 - helene@biodanza-med.com

Suivez nos activités sur <https://www.ecolebiodanza-med.com/calendrier>

BULLETIN D'INSCRIPTION
PROGRAMME INTER-CYCLES 2026 – 2027 - Formation continue et Stages

A renvoyer à :

École de Biodanza SRT Méditerranée, 615 chemin des Rougières - 06510 Carros

Ou par mail à michel.bercher@wanadoo.fr

Vos coordonnées :

Prénom et Nom : _____

Adresse : _____

Code Postal / Commune : _____

E-mail : _____

Tél. Mobile : _____

Merci de cocher les options vous concernant :

- ☐ Didacticien ☐ Facilitateur titulaire ☐ Facilitateur en cours de titularisation / supervision
☐ Elève en 3^{ème} année de formation ☐ Biodanseur

Inscription aux modules de formation continue et/ou stages (cochez les modules souhaités) :

- ☐ **L'Art de la Parole en Biodanza** – un atout pour la facilitation, 11-13 septembre 2026
☐ **Stage - Féminin, Masculin** : de la dualité à l'étreinte intérieure, 9-11 octobre 2026
☐ **La Transe** : de l'initiation à l'approfondissement, 13-15 novembre 2026
☐ **Stage - Les Accords Toltèques** : la voie de la cohérence, 11-13 décembre 2026
☐ **Stage - Les 4 Animaux** : danser sa puissance intérieure, 29-31 janvier 2027
☐ **Stage - Les 4 Eléments** : exprimer pleinement son identité, 19-21 mars 2027 (3 jours pleins)
☐ **La Sexualité** : de l'initiation à l'approfondissement, 11-13 juin 2027

Modalités de paiement :

☐ Je joins mon chèque d'acompte de **100 €** à l'ordre de **CADRE MÉDITERRANÉE** (ce chèque sera encaissé après votre dernier stage).

☐ Je joins l'attestation de mon virement bancaire de **100 €** (coordonnées ci-dessous) :
CADRE MÉDITERRANÉE – CAISSE D'ÉPARGNE COTE D'AZUR - Avenue Élise - 06140 VENCE
IBAN : FR76 1831 5100 0008 0039 7389 184
BIC : CEPFRPP831

Hébergement à La Colline des Anges (dans la limite des places disponibles) :

- ☐ **Je souhaite être hébergé(e) sur place :**
☐ En chambre **30 à 35 € / nuit / personne** - ☐ En chambre **25 € / nuit / personne**
☐ Dans salle de danse, salle de yoga, dans mon van : **5 € / nuit / personne**
☐ **Je serai hébergé(e) à l'extérieur**

☐ Après la formation ou le stage, je souhaite recevoir par mail une **attestation de paiement**.
Nom de mon association ou de mon entreprise : _____

☐ Je reconnais avoir été informé(e) qu'en cas de désistement de ma part intervenant moins de quinze jours avant la date du stage, **l'acompte versé n'est pas remboursable, sauf cas de force majeure (avec justificatif)** tel que prévu à l'article 1218 du Code Civil.

Pour tout désistement, quelles que soient les circonstances d'annulation, 40 € pour frais de gestion seront retenus.

Date : _____

Signature : _____