

	OLIVIER NARBOUX <i>Psycho-Somato-Thérapeute</i>	www.psychotherapie-narboux.fr	
	69220 Belleville - Port. 06 14 59 15 62		
	Atelier Danse Thérapie Adultes	Biodanza Playlist Noel	21/12/2017
ordre	exercices	musiques	Timing (mn)
1	ancrage - Il neige au coin du feu - le temps s'arrete	L'hiver au coin du feu 0:04:06 après respi	00:06:00
2	Body part tete à bassin	Happy Xmas - Céline Dion	00:04:13
3	body part bassin aux pieds	Jing bell rock	00:02:43
4	Body part pieds à tête	Santa claus is coming to town remix	00:02:55
5	Marche légère	Let it snow	00:01:56
6	Farandole	Mary's boy child	00:05:10
7	Danse de synchronisation	White christmas - Human nature	00:02:51
8	Impro 2 pts cardinaux mais de face	O Holy night	00:05:18
9	Impro 1 pts cardinaux mais de face	We wish you a merry christmas	00:02:52
10	Comedie musicale de groupe	Another day of sun - La la land	00:03:48
11	Donner à l'autre 1 (les 2 dansent l'un sur place l'autre libre)	All i want for christmas	00:04:01
12	Donner à l'autre 2 (les 2 dansent l'un sur place l'autre libre)	All i want for christmas	00:04:01
13	Tunnel d'affirmation	Joy to the world - Citizens	00:03:04
14	<i>6 personnes en tunnel les autres dansent puis se présentent une à une</i>	---	---
15	Etreintes	Silent Night - Mariah Carey	00:03:40
16	Ronde de bisous	Jingle bell	00:03:28
		durée total	0:56:00