

An aerial photograph of a beach at low tide. The wet sand is dark and glistening, with intricate patterns of ripples and grooves. The water is shallow and clear, reflecting the sky and creating a shimmering effect. The overall scene is serene and natural.

5 Rythmes®  
& Body, Voice and Being

Peter Wilberforce, Marc Silvestre  
et nos invités :  
Daniel Struyf  
Virginia Della Vallentina  
Sara Cereghetti

2024/25  
RENNES

# Dimanches en Vagues 5Rythmes®

de **10h30 à 13h30**

inscription sur place (arriver 15 à 20 minutes en avance)

30 €, 25 € étudiant / RSA - adhésion annuelle 5 €.

Intervenants : **Peter Wilberforce ou Marc Silvestre**

Lieu : **Polyblosne** : 1 bd de Yougoslavie, 35 000 Rennes

Metro : **Triangle**

**2024 - 15 septembre - 6 Octobre - 10 Novembre - 8 décembre** (Daniel Struyf)

**2025 - 12 Janvier - 9 février - 9 Mars - 13 Avril** (Virginia della Valentina)

**18 mai** (Sara Cereghetti) - **15 Juin.**

## Les Stages

**Stage Body, Voice and Being - ICI MAINTENANT - Peter Wilberforce**

**Ven 29 Novembre** - VAGUE inscription sur place - 19h30 à 21h30 - Studio Moana

**WE 30 Novembre 1er décembre.** samedi de 11h à 19h, dimanche de 10h30 à 17h00

Le Grand Cordel - Renseignements : <http://bodyvoiceandbeing.com>

**Stage 5Rythmes® Heartbeat - Marc Silvestre**

**Ven 4 Avril** - VAGUE inscription sur place - 19h30 à 21h30 - Studio Moana

**WE 5 - 6 Avril** samedi de 11h à 18h, dimanche de 11h00 à 17h00 - Marc Silvestre

Le Grand Cordel - Renseignements : <https://www.marcsilvestre.com>