

Le temps, l'espace du corps

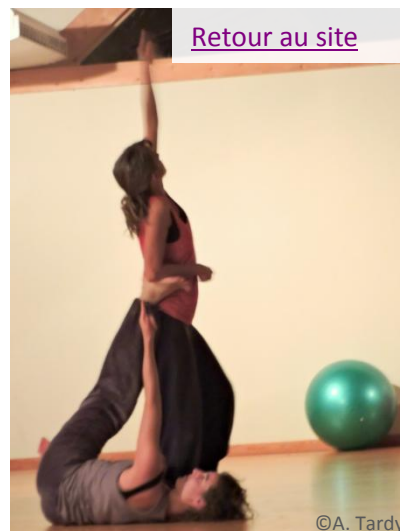
Body-Mind Centering®

15 au 17 mai 2015

avec Anne Expert

Mouvements de développement

L'intelligence des schèmes de l'évolution du vivant



Mouvements de développement

Les schèmes de développement fondamentaux sont au cœur de l'approche du Body-Mind Centering®.

De la conception à la petite enfance, de la naissance jusqu'à la marche, nous nous développons à travers l'expression de schèmes de mouvement qui se succèdent et se chevauchent et équilibrent notre évolution globale. Ancrées dans des mouvements cellulaires et organiques, soutenues par une intelligence réflexe, ces étapes de développement s'intègrent et établissent une base pour nos choix à tous les niveaux de nous-mêmes, pour tous nos mouvements volontaires.

De la flexion vers l'extension, du céder dans notre kinesphère personnelle vers l'atteindre dans l'espace au-delà de nous, nous nous laisserons traverser ou retraverser par ces schèmes, nous dialoguerons avec nos organisations, dans un espace ouvert pour l'exploration, vers une intentionnalité, un plaisir, une communication du mouvement dans l'instant.

-Stage ouvert à toute personne engagée dans une approche sensible du corps et de soi en mouvement dans sa démarche artistique, professionnelle, quotidienne.-

Lieu :

Re.sources

Lieu dit La Moronie

63600 Valcivières

-Covoiturage possible-

Horaires :

Vendredi 15 : 15h - 19h

Samedi 16 : 10h - 17h30

Dimanche 17 : 10h - 16h30

Tarif : 140,- euros / 125,- réduit

Hébergement possible au gîte de Valcivières

Informations pratiques et inscription: Anne Expert - anne.expert@wanadoo.fr - 06 73 59 30 83

Pour confirmer votre inscription, merci d'envoyer vos coordonnées, de joindre un chèque de 40 euros d'arrhes à l'ordre d'Autant d'Equilibres, et de préciser si vous souhaitez un hébergement sur place, à Anne Expert, 31 rue du Lac, 69003 Lyon.

Le Body-Mind Centering®



Le Body-Mind Centering® est une approche somatique fondée sur l'expérience (soma, le corps vécu) initiée par l'Américaine Bonnie Bainbridge Cohen dans les années 1970, qui dialogue avec l'intelligence du vivant et le corps en mouvement.

D'une manière à la fois concrète et intuitive, chaque système du corps avec ses qualités propres est abordé, *les organes, les liquides, le squelette, les glandes endocrines...*, et les étapes de développement de l'enfant sont revisitées.

Les images et les textes des livres d'anatomie, l'approche par la voix, le toucher, le mouvement, l'imagination conduisent à une compréhension et une expérience fines de notre anatomie et de notre physiologie.

Cette approche corporelle développe la compréhension et l'intégration du mouvement de l'intérieur, la présence à soi et aux autres, des chemins d'expression, de relation et de création ; un mode de dialogue sensible avec le corps vivant qui enrichit toute pratique du mouvement, du toucher, toute démarche artistique, pédagogique, quotidienne.

Anne Expert, praticienne somatique, formatrice certifiée en BMC®, danseuse

Passionnée par l'expression du vivant et la nature humaine, elle développe une démarche artistique et des projets de performance, tout en poursuivant une réflexion et un travail orienté vers l'accompagnement de la personne.

Son approche du mouvement est nourrie par les pratiques improvisées, notamment le Contact Improvisation qu'elle enseigne et son expérience des arts martiaux, *aïkido, tai chi*.

Engagée dans la transmission depuis plus de dix ans, elle enseigne aujourd'hui dans la formation certifiante en Body-Mind Centering® et s'implique dans un programme de formation professionnelle dans le champ des pratiques somatiques depuis 2008. Elle crée Matières, Arts Somatiques en 2013.

Le BMC® est au cœur de sa recherche et de son enseignement qui ouvrent au quotidien sur l'exploration de nos potentiels, vers une présence pleine, créative et engagée, ancrée dans la conscience corporelle.

[Body-Mind Centering® et BMC® sont des marques de service déposées, propriétés de Bonnie Bainbridge Cohen, utilisées avec permission.]

Nouveau cycle de formation en pratiques somatiques à partir d'août 2015



Matières, Arts Somatiques

Création et Accompagnement

s'adresse à toute personne souhaitant placer la dimension du corps vivant, conscient et en mouvement, au centre de sa démarche.

L'éveil de l'intelligence corporelle est au cœur du travail, avec le **Body-Mind Centering®**, l'apport du **Contact Improvisation, du Mouvement Authentique**. La formation s'articule autour de deux thèmes, la création et l'accompagnement, des chemins de présence, de relation et d'expression ancrés dans les matières vivantes du corps.

Matières fluides, du 17 au 21 août 2015, à Faragous (Aveyron) - L'intelligence des liquides du corps

Informations détaillées sur demande

www.artssomatiques.com