

Le temps, l'espace du corps

CONTACT IMPROVISATION

3 ET 4 OCTOBRE 2015

avec Anne Expert

HABITER SA DANSE

Deux jours pour s'immerger dans la danse, l'espace sphérique, les sens du mouvement et du toucher comme fondements pour tous nos autres sens.

Ouvrir le dialogue entre nos sensations internes, l'improvisation et l'espace.

Nourrir une écoute depuis le corps, le volume et la vitalité des tissus.

Pratiquer et rechercher avec les bases du Contact Improvisation, le flux du mouvement et du poids qui s'échange, la tenségrité de notre structure, l'intelligence réflexe et les mouvements de développement.

Faire vivre une authenticité, un ancrage, une résonance de nos présences.

Laisser grandir l'épaisseur de l'espace, développer le goût d'habiter nos danses, de composer dans l'instant avec l'espace tout entier.

Les propositions seront inspirées des matières du Body-Mind Centering®, avec les ressources de l'Underscore et de la nature environnante.

Lieu:

Les Ailes de Bernard

4 rue Peyronnet

42220 Saint Julien-Molin-Molette

Horaires:

Samedi 3: 11h - 17h30

Dimanche 4: 10h - 17h

Tarif: 85,- euros / 75,- réduit*

**Adhérents Jam'in Lyon, personnes sans revenus*

Hébergement possible au gîte de Ste Blandine

Inscription avant le 21 septembre 2015

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 30 euros d'arrhes à l'ordre d'Autant d'Equilibres, et de préciser si vous souhaitez un hébergement en gîte, à Anne Expert, 31 rue du Lac, 69003 Lyon.



Tout niveau d'expérience en CI.

LE CONTACT IMPROVISATION



C'est un langage sensible et engagé qui a des points communs avec les arts martiaux, la capoeira... une danse improvisée initiée aux Etats-Unis par Steve Paxton en 1972.

Le CI naît de l'écoute et du contact physique entre les danseurs, c'est une exploration des dialogues spontanés se jouant entre les corps en mouvement. Chacun apprend à faire confiance aux lois physiques en jeu, à rencontrer la gravité et à jouer avec la désorientation, l'élan, la suspension... tout en établissant son propre centre comme base à partir de laquelle entrer en relation.

Il me parle d'être ensemble, de la relation ouverte qui se crée entre nos corps en mouvement, entre nos matières, notre environnement et tout ce que nous sommes dans l'instant.

Il nous rend présents tout en nous soustrayant d'une performance, d'une esthétique extérieure.

J'aime la grande énergie vitale à laquelle cette danse nous relie, la qualité des rencontres, la liberté du mouvement, l'abandon aux flux, aux chutes, au momentum.

Plusieurs années de pratique, de danses, de rencontres avec des enseignants inspirés -N.S. Smith, K. Simson, U. Stauffer, J. Hassmann...-, soutiennent mon approche et mon plaisir intact de partager le Contact Improvisation depuis 2005. *Anne Expert*

CYCLE D'ATELIERS À LYON

au studio des Hériveaux, Lyon 8^{ème}

- **En Contact Improvisation**

Les lundis soirs, de 19h30 à 21h30, à partir du 28 septembre 2015

- **En Body-Mind Centering®**

Les mercredis matins, deux fois par mois, de 9h30 à 12h30, à partir du 23 septembre 2015

L'éveil des matières du corps habitées de l'intérieur, l'intelligence des schèmes de développement du mouvement, un sens incorporé de soi, à l'écoute de ce qui change, un savoir qui vient de l'expérience et un pouvoir d'agir.



UNDERScore À LYON

Dimanche 13 décembre 2015

A confirmer

Informations sur le site : www.artssomatiques.com

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