

# CONTACT IMPROVISATION

**14, 15, 16 mai 2016**

*week-end de Pentecôte*

**avec Anne Expert**

## HABITER SA DANSE - Dedans, Dehors

Dans la matière, dans l'espace

Envisager le stage dans son ensemble, à chaque moment, comme une partition :

Nourrir l'état d'où naît la danse,

déplier une écoute depuis le corps, depuis la terre, arriver dans une physicalité ancrée dans le volume et la vitalité des tissus, approfondir une qualité de matière.

S'ouvrir au flux du mouvement et du poids qui s'échange,

retrouver l'intelligence réflexe, un alphabet du mouvement partagé par les êtres vivants sur la planète pour soutenir notre intégrité dans la danse, notre aisance à chuter et nous laisser porter, sans effort, entre le haut et le bas.

Laisser grandir l'épaisseur de l'espace,

faire vivre une authenticité, un engagement, une résonance de nos présences,

développer le goût d'une attention ouverte, mobile, pour habiter nos danses, et composer dans l'instant avec l'espace tout entier.

**Les propositions seront inspirées des matières du Body-Mind Centering®, de la partition de l'Underscore, avec la présence de la nature environnante.**

### Lieu:

**Les Ailes de Bernard**

4 rue Peyronnet

42220 Saint Julien-Molin-Molette

### Horaires:

**Samedi 14: 14h - 18h30**

**Dimanche 15: 10h - 17h30**

**Lundi 16: 10h - 16h30**

**Tarif: 120,- euros / 105,- réduit\***

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

**Hébergement possible au gîte de Ste Blandine**

***Inscription avant le 8 mai 2016***



***Tout niveau d'expérience en CI.***

**Informations pratiques et inscription:** Anne Expert - [anne.expert@wanadoo.fr](mailto: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.*

## 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 Hérಿದೆaux, Lyon 8<sup>ème</sup>

- **En Contact Improvisation**

Les lundis soirs, de 19h30 à 21h30, à partir du 4 janvier 2016

- **En Body-Mind Centering®**

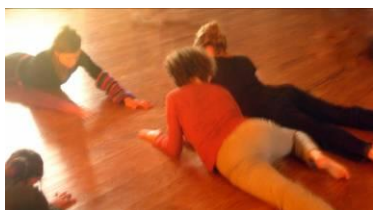
Les mercredis matins, deux fois par mois, à partir du 13 janvier 2016

Nourrir une base de présence cellulaire - Habiter les différents systèmes corporels, leurs qualités de mouvement et leur état d'esprit - Incorporer le processus de développement embryonnaire qui sous-tend le présent du corps.

## CYCLE DE FORMATION

à Faragous, Aveyron

- du 21 au 25 août 2016 - **Matières, Arts Somatiques - Accompagnement et Création**



**Ouverture d'un cycle de formation en pratiques somatiques** soutenu et structuré par l'approche du Body-Mind Centering®, l'apport du Contact Improvisation et de la Communication perceptuelle.

*Huit modules répartis sur deux années, informations détaillées sur demande.*

[www.artssomatiques.com](http://www.artssomatiques.com)

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