

Déroulement de l'année : 3 sessions évolutives

1-LE CORPS

Ce n'est pas de la danse mais de la gestuelle
dans son écoute, son ressenti,
son espace, sa liberté de mouvement,
sa relation à l'autre

OSER !

animé par Claudy Traineau

2-L'IMPROVISATION

Découverte de ses mécanismes tant
dans l'artistique que dans la communication
accepter ses peurs
quitter le jugement
verbaliser sa créativité.

S'AUTORISER

animé par Cathy Mazelié

3-LE THEATRE

(VOIX- TEXTE)

Unir les 2 précédentes sessions pour
aller vers la technique de la voix parlée

Modulation
Débit
Articulation
Respiration

Découvrir un texte
l'intégrer corporellement
et improviser sur son contenu pour découvrir
la manière de le faire parvenir.

ÊTRE

animé par Aline Still

A.M.A.L
Association Moteur Action