EXPRESSION DANSEE

Un atelier de 2 heures par mois

« Le mouvement dansé permet de déposer son armure uniforme… Alors émerge un mouvement neuf, vieux comme le monde, sans références à qui ou quoi que ce soit: **LA JOIE !** »

Y. Berge

« Être à l'aise dans son corps est indispensable, pour bien vivre et être en accord avec la verbalisation.
La parole juste, l'idée imprévue, naissent du ressenti et pour entendre son ressenti, il est nécessaire de s'écouter et pour s'écouter, les deux premières étapes sont le corps et la respiration, étapes souvent refoulées car nous devons nous exprimer dans un comportement stéréotypé, contraignant et parfois étouffant. »

Aline Still

Une approche qui nous propose d'utiliser la danse et la musique pour affiner nos sens, nous relier à nos sentiments afin de libérer notre énergie créatrice

A partir d'exercices simples, réalisés seul ou à plusieurs, la **parole** est donnée au **corps**… Se laisser danser… être et rencontrer… vivre l'authenticité du moment présent.

Pas besoin de savoir danser pour exprimer corporellement
- La légèreté
- La profondeur
- La spontanéité
- L'authenticité
- L'instant

Séances d'expression à la fois libératrice et excellente préparation au travail de l'acteur,

animées par **Caroline Gatin**,
formée à l'expression sensitive, à l'école « Abandon corporel », et psychomotricienne.

Date et Horaire : le samedi de 11 h à 13 h

29 septembre, 20 octobre,24 novembre, 15 décembre,
19 janvier, 16 février, 16 mars, 13 avril, 25 mai, 22 juin.

Lieu : 77, rue du Mail **ANGERS**

Tarif :

pour les non adhérents : 25 € la séance

pour les adhérents : 20 € la séance
*ou **125 € l'année***

+ 19 € Cotisation annuelle si adhésion.

Contacts :

Aline STILL
Association Moteur Action
☎ 02.41.25.06.99 -06.75.37.42.20
e-mail : aline.still@wanadoo.fr

Caroline GATIN
☎ 02.41.86.18.22 -06.24.05.66.74
E-mail :caroline_gat@hotmail.com

A.M.A
Association Moteur Action