

Danser l'Ensemble



17-21 juin
10h-14h

Danse Expressive & Viewpoints

Eveiller la sensorialité, la présence et la reliance à l'Ensemble.

Ce stage s'adresse à tout.e comédienn.e, danseur.se, performeur.se, créateur.trice de langage scénique et curieux.se qui souhaite cultiver l'art de la présence.

L'objectif de la semaine portera particulièrement sur la notion d'une pleine attention sensorielle, en mouvement et en co-création.

- Affiner une présence à soi, aux autres et à la notion d'ensemble.
- Déployer les corps et les imaginaires
- Renouveler des outils pour composer dans l'instant
- Intensifier la joie du jeu et laisser émerger la création d'un espace poétique commun

Danse Expressive

Cette pratique psychocorporelle, issue de la formation *Rio Abierto* est une invitation à se connecter à son Corps. La séance commence au sol avec des mouvements organiques à l'écoute de ses sensations. Elle continue debout en cercle, ensemble. Des mouvements guidés réveillent la vitalité et l'expressivité. Les tensions, émotions, imaginaires se libèrent dans une montée d'énergie partagée. Chacun.e peut alors s'épanouir dans une danse libre et créative ! Cette connexion à soi devient l'opportunité de faire grandir l'écoute du corps subtil. S'ouvrir à lui et diffuser ses ondes tendres dans le mouvement offre de la beauté et de la Joie !

Plus d'infos sur la méthode Rio Abierto : rioabierto.fr

Viewpoints

Avec les *Viewpoints* * (improvisations collectives) chacun.e peut se relier à l'espace, à l'autre et au vivant ! Ce training éveille la présence afin de cultiver l'art de créer **ensemble** dans l'instant. Ces improvisations permettent de produire de façon intuitive, spontanée et ludique des images scéniques fortes. Elles développent l'écoute, la flexibilité, le rythme, le mouvement et inventent de nouvelles possibilités de création.

L'objectif sera d'épanouir l'émergence d'un potentiel collectif et créatif !

*Les *Viewpoints*, sont issus d'une discipline/pratique/philosophie inventée dans les années 60 par la chorégraphe américaine Mary Overlie. Ils ont été adaptés par la metteur en scène Anne Bogart et la troupe de théâtre américaine *SITI Company*. (Plus d'infos : <https://siti.org/> et <https://sixviewpoints.com/thesstems>)

Avec Claire Astruc

Artiste et pédagogue en danse théâtre, Claire Astruc a suivi une formation de théâtre physique à l'Université de New-York, ainsi qu'à l'Ecole Internationale de Théâtre Jacques Lecoq. Sa rencontre avec *SITI Company* aux USA où elle découvre les *Viewpoints* (improvisations collectives) et le *Suzuki* (training pour interprète) fut décisive dans son parcours. Elle est co-créatrice de *Soif Compagnie*, praticienne *Feldenkraï's®* et instructrice *Rio Abierto®* (formation psychocorporelle). Elle anime des ateliers et stages qui placent le corps et le mouvement au centre d'une pratique artistique et énergétique. L'intention est d'ouvrir des espaces qui cultivent l'ancrage, la présence et l'expressivité.

Cultiver la joie !



06 20 47 20 31

contact@soifcompagnie.com

www.soifcompagnie.com

Informations pratiques

Horaires 17 au 21 juin, 10h à 14h

L'accueil se fait à partir de 9h30, où vous pourrez prendre un petit thé/café.

Lieu Micadanses, 20 rue Goeffroy L'Asnier, Paris, Studio Noces

Métro : Saint-Paul , Pont- Marie *(le code sera donné après inscription)*

Matériel Prévoir des vêtements souples pour bouger, de quoi écrire, une bouteille d'eau et de quoi grignoter si envie.

Tarif 200€ (arrhes 80€)

Inscription contact@soifcompagnie.com - 06 20 47 20 31

