

Danses du Souffle

Stage de Noël, 15-16-17 décembre 2023, Guillestre, Hautes-Alpes

Les **Danses du Souffle** offrent une rencontre métissée des arts énergétiques asiatiques et des danses collectives traditionnelles ou contemporaines..... Un voyage personnel entre poésie du mouvement et expérience collective créative, tout cela en musique live !



PRESENTATION du STAGE

Sonia, Marceau et Boris proposent un espace d'exploration du souffle dansé en croisant pratiques asiatiques et improvisations dansées.

Les exercices du souffle (Qigong) assurent un éveil corporel et énergétique préparatoire, auquel participe la musique. La présence au mouvement, au souffle et au son, évolue sous forme de jeux de déplacements puis d'improvisations personnelles puis en groupe. Les sonorités et rythmiques déployées stimulent les expériences créatives et poétiques.

Le guidage du groupe s'oriente vers des éléments de composition spontanée : énergie, espace, rythme, connexions, émotions, fluides, etc. Le stage est accessible aux danseurs de tous styles et de tous niveaux, et à toute personne intéressée par la présence et la créativité dans la relation aux autres.

Les deux jours et demi de stage à Guillestre se composeront de 5 demi-journées de 3h à 4h de pratique que chacun.e pourra suivre à son rythme et sans obligation. Chaque demi-journée offrira des temps d'exercices et d'explorations variés propres aux Danses du Souffle : Qigong des 6 sons, pratiques des spirales et cercles, marches contemplatives, techniques d'enracinement, modes de guidage et d'écoute avec des partenaires, avec ou sans contact physique.

Intervenant.e.s - Danses du Souffle - Guillestre 2023

Sonia Rayssiguier – Pratiques et Danses du Souffle



Danseuse, enseignante de Qigong depuis 20 ans, formatrice à l'Institut Européen de qigong et praticienne en énergétique Chinoise, Sonia évolue dans ces pratiques au service de la conscience du corps, de l'éducation somatique et des thérapies psycho-corporelles. Au croisement de la danse et du Qigong, elle propose des ateliers de Danse du Tao, forme expressive et artistique des arts énergétiques à l'écoute de la créativité et du sacré. Formée à la sono-thérapie et au yoga du son, elle oriente sa démarche vers les "thérapies sonores" et des ateliers où se côtoient le corps, le souffle et la voix.

Marceau Chenault - Pratiques et Danses du Souffle

Ancien professeur de Judo devenu danseur et anthropologue spécialisé en Qigong, Marceau a été responsable de formation à l'Institut de Recherche de Qigong de Shanghai où il a fondé ses techniques d'exploration du souffle dansé. En 2010, il a créé le collectif Qi Dance Project pour des performances multidisciplinaires. Depuis 2020, il développe des enseignements sur le Qigong, la médecine chinoise et les Humanités à la Faculté de Médecine de Lyon Est. Auteur du livre *La Danse du Souffle* (Carnets de Sel, 2020), il s'investit dans le Collectif des Pratiques et Danses du Souffle.



Boris Trouplin - Musiques et paysages sonores



Musicien multi-instrumentiste, poète et photographe, Boris joue dans plusieurs projets collectifs (bal folk, lecture musicale, randonnée sauvage...) ou solo mêlant musique et oralité-théâtralité.

Pratiquant lui-même la danse et le Yoga, il viendra compléter le duo d'encadrants pour créer les paysages sonores, accompagner, illustrer et stimuler les moments de pratiques dansées, de méditation ou de Qigong.

www.boristrouplin.com

Informations pratiques

Lieu : Auberge de jeunesse de Guillestre

La Rochette, 05 600 Guillestre <https://entreguiletmets.com/>

Horaires du stage :

- Vendredi : 14h à 18h30 (accueil à 13h30)
- Samedi : 9h30 à 18h
et à 20h30 : Bal Folk & Bal Jam
- Dimanche : 10h00 à 17h30

Le stage est accessible aux danseur-euses de tous styles et de tous niveaux.

Tarif du stage : 120 € tarif solidaire, 210 € tarif équilibre, 250 € tarif parrain.

Pourquoi 3 tarifs ? Nous avons à cœur de faciliter l'accès du stage au plus grand nombre, c'est pourquoi nous proposons un tarif solidaire. Le tarif d'équilibre pour le stage est à 210€ par personne pour un groupe de 14 participants minimum.

Afin de soutenir le développement de ces pratiques dans les Hautes Alpes ou ailleurs et de favoriser l'accès au plus grand nombre, la jeune association Les Danses du Souffle propose un tarif de soutien à 250€. Vous deviendrez Parrain du Collectif des Pratiques et Danses du Souffle !

Inscription : Inscription et plus d'information par mail dansesdusouffle@mailo.com ou par téléphone auprès de Myriam 06 63 76 41 89.

Déjeuner sur place : prévoir des repas pour soi-même ou à partager avec le groupe (Salle à manger, cuisine avec frigos disponibles), ou restauration possible à l'Auberge. Précision après inscription.

Tarifs de l'Hébergement et des repas à l'Auberge de Jeunesse : <https://entreguiletmets.com/>

Transports :

Train : Gare de Mont Dauphin
Guillestre.

Liaison possible TGV via Oulx.

Penser au Covoiturage !

