

Bonjour à toutes et à tous,

**Pour une nouvelle année moins scotché sur son canapé...
Ou nous pourrions danser et pas qu'avec nos pieds...
Et pourquoi pas un stage pour se motiver à se retrouver !**

Nous avons le plaisir de réorganiser un stage de mouvement dansé /qi danse avec Boris TROUPLIN et Marceau CHENAULT les 13 et 14 février 2021. Le stage se déroulera sur l'ensemble du Week-end globalement le samedi 10h à 18h30 et le dimanche de 10h à 18h (horaires évolutifs). Nous avons choisi cette date car vous pourrez normalement vous déplacer plus facilement pendant les vacances scolaires...

Les horaires ainsi que les détails d'organisation seront diffusés pour les pré-inscrits par mail.

Les deux amis compères mais non frères, proposent un espace d'exploration du mouvement dansé en croisant pratiques asiatiques, danses contemporaines et traditionnelles. Tout d'abord les exercices de Qi gong et de respiration assurent un éveil corporel, énergétique et chorégraphique préparatoire, auquel participe la musique.

La présence au mouvement, au souffle et au son évolue ensuite sous forme de jeux de déplacements puis d'improvisations individuelles ou collectives. Les paysages sonores et les rythmiques déployés stimulent ces expériences créatives et poétiques. Le guidage oriente la spontanéité du groupe vers des éléments de compositions divers : espace, énergie, rythme, connexions, émotions, etc.

Les différentes danses proposées offrent des chorégraphies de référence, donnent une attention relationnelle, et enrichissent l'harmonie entre danseurs.

Le stage articule cinq modes d'exploration du mouvement : intériorité et micro-mouvements, spontanéité et expression personnelle, improvisation en groupe, technique du geste, et se mouvoir devant d'autres regards.

Ouvert à toutes personnes : débutants et/ou danseurs.

Un aperçu ici :

- <http://boristrouplin.weebly.com/qi-danse--stage.html>
- www.qidance.org

Tarif : 100€ et 90€ pour les chômeurs et étudiants.

Lieu : Théâtre de l'abri, 26 rue du Temple 95100 Argenteuil (10 min en train de Paris gare st Lazare).

Possibilité d'hébergement sur place sur demande, dès le vendredi soir.

En fonction des autorisations publiques nous prendrons le choix de maintenir le stage ou pas.

Inscriptions ou questions, merci de contacter Clémence et Yann :

clemencemoiron@hotmail.fr

et

yann_lm@hotmail.com