

Corps et fluidité

Une mosaïque de danses et pratiques corporelles

proposé par Anatole Lorne

3^e édition



Dans la continuité des stages *Sens et Mouvement au Bord du Fleuve*

14-15 octobre
16-17 décembre 2017

17-18 mars 26-27 mai 2018

Au **Studio Le Chai**

62 rue René Gasnier, Rochefort-sur-Loire (49)

Chaque journée peut être pratiquée indépendamment.

Renseignements et inscriptions : anatolelorne@yahoo.fr / 06 89 22 23 55

www.anatolelorne.com

Samedis (en groupe)

14 octobre :
Automne

16 décembre :
Hiver

17 mars :
Printemps

26 mai :
Été

Les saisons du corps

Les humeurs du corps varient, de manière cyclique ou chaotique, lente ou rapide. Cette instabilité est caractéristique de la vie. Entraînons-nous à la savourer. Ces journées visent à accompagner ces changements intérieurs, à transmettre des outils pour les vivre plus tranquillement, voire pleinement. Le cadre est tissé tel un havre pour accueillir expériences, vécus et ressentis. Les pratiques proposées proviennent de diverses techniques, écoles et approches. Toutes sont ancrées dans le corps et le mouvement, petit ou grand. Toutes ont pour visée de fluidifier les courants qui nous traversent.

De 10h à 18h - Déjeuners partagés - ouvert à tous

Tarif : 60€ la journée

Parrainage : 30€ si vous êtes déjà venu et venez avec un nouveau participant

Dimanches (sur rendez-vous)

15 octobre, 17 décembre, 18 mars et 27 mai

Massage thaï

Le massage thaï proposé aborde le corps dans sa globalité. Il se déroule au sol, sur futon. Les corps du massé comme du masseur sont mobilisés, avec précision douceur et vigueur, selon les besoins. Étirements, oscillation, vibrations, mise en résonances des liquides corporels et jeux articulaires proposés contribuent à stimuler la capacité du corps à s'auto-réguler.

Sessions en individuel - 70€ / 2h

Cours particuliers en danse de couple

En fonction des besoins, le travail pourra être axé sur la posture, le regard, l'ancrage, le toucher, le rapport à l'espace ou à l'autre. Différentes danses peuvent être abordées, à évoquer ensemble en amont. L'approche offerte est le fruit du mariage de mon apprentissage corporel dans de nombreux cadres et d'un important vécu en danse de couple dans les bals.

Durée : 1h - Seul : 35€ / En couple : 50€ - séance d'essai à demi-tarif