

Les gens d'Unmani

 lesgensdunmani.art/stage-danse-et-contact-impro

Stage de danse impro et contact-impro

Fascias, muscles et os, une continuité tissulaire adaptative pour un mouvement éco-somatique



COMPAGNIE
Les Gens d'Unmani
www.lesgensdunmani.art

Fascias, Muscles, Os.

Explorer nos tissus pour un mouvement éco-somatique en danse impro et contact-improvisation.

Stage du 22 au 26 avril
2023
à Faragous (Aveyron)
Avec Laurent GIBEAUX

Ouvert à tous
Tous niveaux

L'entièreté de notre être repose sur la fabuleuse coordination de plusieurs milliards de cellules qui nous composent.

Nous sommes des êtres cellulaires, le mouvement s'organise autour de plusieurs processus, dont le tissu musculaire et osseux, mais qui ne sont les seuls en action, bien au contraire !

Issu de la même origine embryonnaire, un autre système est présent, **les fascias**. Il intègre maintient la globalité et la forme du corps, différencie, favorise le mouvement, son amplitude et les plans de glissement, relie le corps de la tête aux pieds de la superficie en profondeur, et réagissent aux chocs physiques et psychiques.

Ils possèdent de 6 à 10 fois plus de nerfs sensoriels qu'un muscle !

Ainsi, le mouvement s'organise, s'équilibre, s'adapte, d'abord, sous différents plans de nos espaces internes. Puis, au contact des autres partenaires et de l'environnement, de nouvelles informations viennent s'établir et nous proposent alors un équilibre sensoriel, perceptif et moteur.

IN VIVO ! Nous exprimons ce que cellulièrement nous sommes de l'intérieur vers l'extérieur, et l'extérieur vers l'intérieur.

De l'origine embryonnaire à notre structure adulte, je vous propose de vivre des temps d'actualisations.

Ces temps permettront de prendre conscience de notre nature cellulaire profonde dont le toucher et le mouvement forment les bases fondamentales de notre apprentissage.

Des explorations sur les tissus osseux, compréhension de la nature du tissus musculaires et conscience de l'intelligence cellulaire des fascias (« bandelette » en latin) , qui sans leur présence, ne nous permettraient de tenir debout.

La danse impro, le contact-impro et le toucher somatique, nous permettra de goûter, négocier, d'élaborer et de combiner ces nouvelles informations, dont le système nerveux se chargera de recueillir pour qu'alors de nouveaux schémas de mouvement puissent émerger.

C'est en cela que ce stage est largement ouvert à tous et à toutes, sans distinction d'expérience. Les éléments explorés se proposent d'être découvert et traversés, d'y revenir et de s'y redéfinir pour chacuns-nes entre nous.s

Lieu, horaires, et tarifs

Lieu:

C'est à Faragous en Aveyron que nous aurons le plaisir de nous rencontrer.

Repas en commun, le lieu dispose d'une grande cuisine équipée, chacun-ne apporte des provisions que nous mettons en commun pour concevoir les repas.

Horaires :

Idéalement, et afin de découvrir le lieu et le groupe, je vous donne rendez-vous le 22 avril à partir de 17-18h pour découvrir le lieu et vous installer, le stage se termine le mercredi 26 avril à 15 h.

Tarifs :

- Frais pédagogiques : 250 € (+ 15 € pour les nons adhérents)

- Hébergements : entre 17€ et 20€ (dortoir ou chambres)

Réservation hébergement : 06 67 68 54 20 (Sylvie)

Contact, Renseignements et Modalités d'inscriptions

Pour plus de précisions sur le propos, ou tout autre renseignement, veuillez contacter :

Laurent GIBEAUX au 06 14 71 55 47 ou par mail : lesgensdunmani@etik.com

Afin de réserver et valider votre place, 100 € d'arrhes (non remboursables 10 jours avant le stage) sont à verser en amont par tous moyens à votre convenance.

Le versement des arrhes s'effectue sur le lien de la plateforme Assoconnect ou vous pouvez régler par CB, chèque ou virement, vous disposerez alors des coordonnées d'envoi qui vous seront indiqués.

Le lien versement des arrhes :

<https://les-gens-d-unmani.assoconnect.com/collect/description/303611-s-stage-danse-impro-et-contact-impro>

Lien vers l'adhésion à 15 euros :

<https://les-gens-d-unmani.assoconnect.com/collect/description/231998-l-adhesion-compagnie-les-gens-d-unmani>

Au plaisir de vous y rencontrer.