

## Corps en mouvement et créativité



Travail du corps et danse improvisation - Public : à partir de 16 ans, accessible à tous et aux "non-danseurs" Au cours de ces ateliers hebdomadaires, nous prendrons un temps pour affiner la perception que nous avons de notre corps à travers son langage premier : le mouvement. Ralentir pour mieux sentir, se ressourcer, se mettre en lien avec soi-même. Nous travaillerons avec des séquences de mouvement simples pour prendre conscience de notre schéma corporel, explorer la richesse des mouvements des différentes structures de notre corps et les liens qui les animent. Prendre plaisir à danser sa danse au-delà de toutes formes pré-définies. Ressourcée par cette pratique, notre créativité pourra s'exprimer au travers d'explorations et d'improvisations dansées, seul ou en groupe pour faire l'expérience de nouvelles manières de nous mettre en mouvement.

### Coordonnées

2 rue des perdrix  
Courdimanche

[stephane.vernier@yahoo.fr](mailto:stephane.vernier@yahoo.fr)

[06 13 96 04 89](tel:0613960489)

Liens utiles

[Site internet de Stéphane Vernier](#)