

COURS HEBDOMADAIRE

2018 - 2019

Ouvrir sa conscience à trois grandes Articulations qui sont l'Epaule, la Hanche et la Cheville est le fil conducteur de l'année.

Elles ordonnent et coordonnent la virtuosité du mouvement en démultipliant les capacités d'ajustement et d'équilibre.

Trois articulations dynamiques souvent retenues, arrêtées dans leurs courses d'exploration vers le monde, réclament une attention à demeurer fluide et à constituer sans cesse des lieux de passage vers la périphérie.

Faire respirer, assouplir, densifier dans le sens de tonifier sont les trois axes de travail.

Glisser vers le geste dansé afin de rythmer, coordonner et poétiser le corps.

Un travail conjoint de la Rythmicité et de la Spatialité est associé comme point d'appui à l'Elaboration du Mouvement et surtout à la Qualité de Présence à Soi et au Monde. Se saisir de nos limites non pour les juger mais pour découvrir de multiples chemins de traverse amenant à fructifier l'Incessant Dialogue avec Soi.

« Faire, Défaire, Refaire, Entreprendre

Laisser Agir, Agir

Inventer, Explorer, Créer

Observer, Interroger

Ressourcer, Renouveler, Dynamiser

Ecouter, Inscrire, Induire le Mouvement

entre Plein et Délié »

Christine Wahl



VILLENEUVE D'ASCQ

Les Mardi : 12h30 à 14h

19h30 à 21h

Reprise le Mardi 18 Septembre 2018

A l'espace : « Le Corps en Poésie »

Adresse : 27 rue du Carrousel

59650 Villeneuve d'Ascq -2^{ème} étage

Coût : 140 € par trimestre. (Prévoir 3 chèques de 140 € confirmant votre inscription à l'ordre de Christine Wahl).

Pas de cours pendant les vacances scolaires