

CONNEXION II

s'ouvrir à l'autre, laisser chanter le coeur



NANTES

24/25 octobre 2020

animé par Peter Wilberforce

Nous avons chacun et chacune une musique à l'intérieur de nous-mêmes et notre corps est l'instrument unique pour la laisser s'exprimer dans le monde.

Que se passe-t-il lorsque nous rencontrons une autre personne ? Comment cela impacte-t-il notre musique intérieure ? En accueillant l'autre, quelles vibrations naissent à l'intérieur de chacun ? Quels nouveaux modes d'expression se présentent ? Pendant ce stage, nous commencerons par retourner en nous-même pour nous connecter à notre corps et sa vibration. Nous nous y reposerons avec tout ce qui y résonne, lui donnant libre expression par le mouvement et le son. Puis, nous explorerons la rencontre avec une autre personne. Dans une dynamique d'accueil, de curiosité et de partage, nous suivrons les nouveaux chemins créatifs qui s'ouvrent. Deux corps en mouvement, deux voix qui chantent, deux cœurs en résonance - une seule musique. Nos explorations seront portées par des pratiques corporelles et vocales différentes : la danse des 5 rythmes, la Méthode Feldenkrais, The Naked Voice. Il y aura des moments d'expérimentation, des moments de pratiques libres et des temps de réflexion et d'intégration; le tout dans un cadre soutenant et rassurant.

**Ce week-end est ouvert à tous quel que soit son âge, son expérience ou sa capacité physique.
Les places sont limitées à 24 personnes. Pré-inscription obligatoire.**

STAGE

DATES / HORAIRES : samedi 24 et dimanche 25 octobre 2020 de 11h à 18h

LIEU : Domaine de la Foresterie 44120 Vertou

TARIF PLEIN : 170€ - **TARIF REDUIT :** 140€ **avant le 25 septembre Atelier découverte offert**

ATELIER DÉCOUVERTE

HORAIRES : vendredi 23 de 19h30 à 22h Sans inscription

LIEU : Salle Hélène Cayeux, Site Désiré Colombe, 8 rue Arsène Loup, 44100 Nantes

TARIF PLEIN : 25 € - **TARIF REDUIT :** 20 €

INFORMATION & INSCRIPTION

Alain : 06 85 04 21 70 / alainb1234@gmail.com



Peter Wilberforce est un prof des Srythmes® certifié. Il anime des stages et des ateliers partout en France et en Europe. Il intègre dans son travail plusieurs pratiques corporelles et vocales – la Méthode Feldenkrais, The Naked Voice de Chloë Goodchild et la Technique Alexander. Il propose également un travail sur la libération de la voix par le mouvement du corps en conscience. Il est guidé par la conviction qu'un apprentissage optimal et incarné se fait dans des espaces de calme et d'attention bienveillante. Sa démarche fait appel à un esprit de recherche et encourage l'accueil de tous ses ressentis, ainsi qu'une ouverture vers le ludique et le jeu.

