

CONNEXION II

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



STRASBOURG

du 1^{er} au 3 février 2019
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 propre vibration. Nous nous y reposerons avec tout ce qui y résonne, lui donnant libre expression par le mouvement et le son. Curieux et ouvert, nous explorerons la rencontre avec une autre personne. Dans une dynamique d'accueil 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. Cette exploration se fait à un rythme individuel en relation aux autres. Personne ne doit se sentir obligé de dépasser ses limites.

Ce week-end est ouvert à tous quel que soit votre expérience, votre âge et votre condition physique. Les places sont limitées à 24 personnes. Pré-inscription obligatoire pour le week-end.

INFOS PRATIQUES

DATES : Stage - samedi 2, dimanche 3 février 2019

Atelier découverte des 5 rythmes – vendredi 1^{er} février 19h45 à 22h

HORAIRES : samedi 13h30 à 19h30 / dimanche 10h30 à 17h

LIEU : Salle St Joseph, 53 rue St Urbain, Strasbourg

TARIF PLEIN : 170 € - **TARIF REDUIT** : 160€ **avant le 12 janvier**

300 € les 2 stages avant le 13 oct 2018 (Connexion I les 13/14 oct 2018)

Atelier découverte vendredi : 20€ - Adhésion annuelle Association Vibrance 12€

INFORMATION & INSCRIPTION

asso.vibrance@gmail.com

www.bodyvoiceandbeing.com - www.5rhythm.yolasite.com