

Liber'Danse

Mouvement dansé & expression primitive

Atelier pour adultes

L'atelier « Mouvement dansé & Expression primitive » est un espace permettant aux personnes de s'exprimer librement en utilisant le mouvement dansé comme outil d'exploration du corps, de détente corporelle et de plaisir de bouger.

L'expression primitive est une danse globale car elle associe la voix au mouvement et au rythme du djembé pour aller vers une danse énergique et conviviale.



L'expression primitive, c'est quoi ?

D'inspiration afro américaine « l'Expression Primitive métisse la culture africaine et européenne dans une danse sans frontières, interculturelle, accessible à tous ».

On parle d'**expression** car en plus du mouvement, on utilise la voix et les gestes symboliques.

Le mot **primitif** va dans le sens de "premier" : on va puiser à l'origine de la danse, en effectuant les gestes et les mouvements dans les directions naturelles du corps (en avant / en arrière, à droite / à gauche, le tour sur soi ou la ronde, vers le haut / vers le bas).

☪ La structure des ateliers permet d'entrer en douceur dans le rythme en y installant des rituels. Elle est basée sur la pulsation régulière de la percussion ouvrant sur des gestes épurés, simples et symboliques. Les mouvements répétitifs, soutenus par la voix des danseurs invitent au relâchement et à l'évacuation des tensions. Une danse d'ancrage, collective, ludique et joyeuse.

Atelier ouvert à tous, aucune technique ou expérience artistique n'est nécessaire. Je propose ma pratique dans le cadre d'une activité de bien-être, un espace dénué d'interprétation de la gestuelle. Chacun s'exprime à sa façon, sans jugement de l'Autre ou par l'Autre.

Prévoir une tenue souple et confortable et de l'eau pour s'hydrater.

Tarif : 20€/séance

Premier atelier samedi 24 septembre 2022 de 15h à 17h.

Inscription par mail ou SMS :

Laurence FAILLER

Art-thérapie & Créativité

06 50 09 31 23

lfailler@free.fr

