



Fascia, Tenségrité et Danse

L'Architecture du vivant, le fascia et la dynamique corporelle

Sam 23 et dim 24 nov 2024 - Lille

Il n'est pas nécessaire de « savoir danser » pour venir à ce stage.

Vous avez besoin de bouger, danser et de mieux connaître votre corps, son mouvement, ses fascias !

A qui s'adresse ce stage ?

Aux personnes intéressées par le domaine de l'architecture vivante du corps et du mouvement : danseurs, artistes, praticiens de méthodes corporelles, pratiquants d'art et de techniques en mouvement.

Objectifs de ce module :

- **Se familiariser avec le principe de la biotenségrité.**
- **Appréhender les fonctions des tissus conjonctifs** (ou fascias).
- **Acquérir et/ou développer un ressenti des qualités tenségrales** (espace/volume, résistance, fluidité, intégrité structurale, détente) au niveau de sa propre bio tenségrité dans le mouvement gestuel : danse, gymnastique sensorielle®, étirement et respiration.
- **Développer l'improvisation** et se situer dans la performance avec une plus grande qualité de présence à soi, aux autres, à l'environnement.
- **Habiter la créativité et accéder à des ressources de vitalité.**

Un stage original proposé par stage :

Martha Rodezno, danseuse, interprète, enseignante, thérapeute. Spécialisée en pédagogie de la perception et l'art du mouvement. Sa recherche artistique s'appuie sur le lien entre la danse et le mouvement sensoriel intérieur www.martharodezno.com

Et **Nadine Quéré**, kiné, fasciathérapeute, praticienne, enseignante, spécialisé dans le tissu conjonctif (fascia), les impacts du stress et la pédagogie du mouvement. www.nadine-quere.com

Auteure du livre : *Soigner son corps par les fascias*. Ed du dauphin (2022)

Elles seront assistées de Marie-Laure Daniel, fasciathérapeute à Lannoy

Nous sommes heureuses de vous offrir l'opportunité d'une pratique alliant santé, bien-être et danse...

Tarif : 230 euros T.T.C. pour les 2 jours

Lieu : 9 rue à Fiens 59800 Lille (très proche de la gare)

Horaires : 9h30 à 17h30 (avec pause déjeuner)

Inscription et plus d'infos : merci de télécharger le bulletin d'inscription en allant sur le site www.nadine-quere.com ou directement par tel à Marie-Laure Daniel : 06 74 49 42 31



Fascia, Tenségrité et Danse

L'Architecture du vivant, le fascia et la dynamique corporelle

Sam 23 et dim 24 nov 2024 – Paris Lille

Il n'est pas nécessaire de « savoir danser » pour venir à ce stage.

Vous avez besoin de bouger, danser et de mieux connaître votre corps, son mouvement, ses fascias !

A qui s'adresse ce stage ?

Aux personnes intéressées par le domaine de l'architecture vivante du corps et du mouvement : danseurs, artistes, praticiens de méthodes corporelles, pratiquants d'art et de techniques en mouvement.

Objectifs de ce module :

- **Se familiariser avec le principe de la biotenségrité.**
- **Appréhender les fonctions des tissus conjonctifs** (ou fascias).
- **Acquérir et/ou développer un ressenti des qualités tenségrales** (espace/volume, résistance, fluidité, intégrité structurale, détente) au niveau de sa propre bio tenségrité dans le mouvement gestuel : danse, gymnastique sensorielle®, étirement et respiration.
- **Développer l'improvisation** et se situer dans la performance avec une plus grande qualité de présence à soi, aux autres, à l'environnement.
- **Habiter la créativité et accéder à des ressources de vitalité.**

Un stage original proposé par stage :

Martha Rodezno, danseuse, interprète, enseignante, thérapeute. Spécialisée en pédagogie de la perception et l'art du mouvement. Sa recherche artistique s'appuie sur le lien entre la danse et le mouvement sensoriel intérieur www.martharodezno.com

Et **Nadine Quéré**, kiné, fasciathérapeute, praticienne, enseignante, spécialisé dans le tissu conjonctif (fascia), les impacts du stress et la pédagogie du mouvement. www.nadine-quere.com

Auteure du livre : *Soigner son corps par les fascias*. Ed du dauphin (2022)

Elles seront assistées de Marie-Laure Daniel, fasciathérapeute à Lannoy

Nous sommes heureuses de vous offrir l'opportunité d'une pratique alliant santé, bien-être et danse...

Tarif : 230 euros T.T.C. pour les 2 jours

Lieu : 9 rue à Fiens 59800 Lille (très proche de la gare)

Horaires : 9h30 à 17h30 (avec pause déjeuner)

Inscription et plus d'infos : merci de télécharger le bulletin d'inscription en allant sur le site www.nadine-quere.com ou directement par tel à Marie-Laure Daniel : 06 74 49 42 31