



Ateliers Danse Improvisation/Composition

Adultes et ados tous niveaux

7 mercredis dans l'année de 20h15 à 21h45 :

à PONT-DE-BEAUVOISIN (Isère),
Gymnase Rue de l'Auberge

Enseignante: Claudine Polaud,
Diplômée d'état en Danse Contemporaine

Tarif : 80 euros dont 15 € d'adhésion à
l'association pour les 7 ateliers

Renseignements : 06.10.65.15.58

Les ateliers s'adressent aux adultes et ados *de tous niveaux*, danseurs ou non. Ils ne requièrent pas un niveau minimum de danse. Ils cherchent avant tout à développer *la créativité* aussi bien de manière individuelle qu'au contact des autres. *La diversité* est sans doute la clé de voûte de ces ateliers. Ils permettent à chacun de construire sa danse, quel que soit son niveau de pratique. Différentes *explorations* sont proposées, qui s'appuient sur l'intériorité du mouvement: partir de ses sensations, trouver l'origine et le chemin du mouvement.

L'atelier débute par *une mise en danse douce* et en rapport avec le thème de l'atelier afin de rendre le corps et l'esprit disponibles. Tout au long de la séance, des improvisations sont proposées, seul-e- ou à plusieurs. Les indications sont précises et évolutives et viennent nourrir *l'imaginaire*.