

LES RENDEZ-VOUS  
DU

# CONTACT IMPRO A CUSY

**Automne  
2016**

**Ouvert à tous**  
(débutants ou initiés)

## **UN SAMEDI PAR MOIS**

**UN ATELIER DE PRATIQUE  
+ JAM AVEC WARM UP GUIDÉ**

Atelier de 14H30 à 17H00  
et jam de 17H30 à 19H30

## **Automne 2016**

**Samedi 10 septembre**

Avec Sandra WIESER

**Samedi 08 octobre**

avec Joe STÖLLER

**Samedi 05 novembre**

avec Bastien AUBER

Association **CARPE-DIEM**

74540 - CUSY



# LES RDV DU CONTACT IMPRO

AU STUDIO DE  
DANSE DE CUSY

AUTOMNE 2016

## LE CONTACT IMPRO , C'EST QUOI ?

<<Un art du mouvement basé sur l'écoute de soi, de l'autre, de l'environnement et de l'instant présent. Pour le plaisir de créer, de se surprendre, et de partager autrement. Le contact improvisation (CI) pourrait se définir comme une danse-sport qui naît de l'écoute et du contact physique entre deux ou plusieurs partenaires; un jeu d'exploration gestuel et sensoriel qui s'invente à chaque instant, prend les qualités les plus variées, et demande à être vécu et partagé, tel un dialogue>> I.Üski.  
Plus d'informations sur le Contact impro : [www.chorecence.org](http://www.chorecence.org)  
Une Jam ... ??? Une Jam est un espace libre de pratique d'improvisation (en mouvement, instrumentale, chantée...). Chacun est libre d'y entrer et sortir en respectant de manière responsable l'espace de pratique d'autrui.

### Samedi 10 septembre Avec Sandra WIESER

J'ai une approche de la danse qui est poétique et spontanée. Ce qui me plaît plus que tout dans le contact improvisation, c'est la non-rigidité de la forme et son aspect ludique. Non pas que je cherche forcément l'amusement, mais plutôt une forme de dialogue, de langage vivant qui se transforme au gré de la danse. Ainsi y-a-t-il des allers-retours qui se font entre se qui se passe et se qui est perçu. Nous jouons avec ce que nous créons. Nous verrons comment établir un dialogue dans notre solo, au sein d'un duo et avec un groupe plus large. Trouver et partager cet élément du jeu nous permet à tous, quelques soient nos niveaux, nos âges, nos sexes ou nos cultures de danser ensemble. C'est un moyen respectueux de se rencontrer intimement qui demande à chacun d'enlever ses gros sabots et d'entrer dans un territoire inconnu qui se crée au fur et à mesure du temps. [sandrawieser.weebly.com](http://sandrawieser.weebly.com)

### Samedi 08 octobre Avec Joe STÖLLER

#### Contact Improvisation régénérateur

Créé à partir des méthodes de «bodywork» et d'éducation somatique, nous utilisons ici le Contact Improvisation pour l'entretien et le développement de la santé et de la sagesse somatique. Nous allons suivre le chemin du plaisir, de la vitalité et de l'autonomie dans notre improvisation de contact.

[http://www.tumblebones.com/Site/Joe\\_Stoller.html](http://www.tumblebones.com/Site/Joe_Stoller.html)

### Samedi 05 novembre Avec Bastien AUBER

**VARIATIONS.** Varier ! Changer d'espace. Mettre du contraste. Improviser. Créer le flux. Rejoindre. Partir. Répartir le poids. Dynamiser. Observer. Aller dans des chemins nouveaux et se surprendre, à deux, à trois, en groupe, seul. Cet atelier se veut créatif du mouvement pour enrichir les multiples possibilités en Contact Improvisation. Nous chercherons pour cela à amener de la variation pour sortir des habitudes, à être disponibles à l'inattendu, à dévier nos trajectoires ! Les outils que nous utiliserons seront : l'échange de poids entre le centre et la périphérie ; le déroulement du trajet du point de contact ; le balancement et le contre-balancement. Nous travaillerons ainsi une approche spécifique sur le Trio et sur la spontanéité de la danse en lien à des propositions choisies (temps limité, espaces restreints, nombre de danseurs défini...)

<https://www.youtube.com/watch?v=um86N8JcVaU>

<https://www.youtube.com/watch?v=qqw7ThmSQFI>

## TARIFS

- 18 € l'atelier
  - 15 € l'atelier pour l'engagement pour les 3 samedis .
  - + 5 € adhésion annuelle à *Carpe diem*
- Possibilité de venir à la jam à 17H30 sans participer à l'atelier : seule l'adhésion annuelle de 5€ vous sera demandée. (Merci d'être là à 17H30 pour le warm up et commencer la jam ensemble pour la qualité de la pratique !!)

## INSCRIPTIONS

Envoyer un mail :  
[souslespas@orange.fr](mailto:souslespas@orange.fr)

#### INFOS / RENSEIGNEMENTS :

Corinne Voisin :  
06 73 89 69 39

## A NOTER :

### STAGE DANSE ET MUSICALITE

Avec Isabelle Uski et  
Sébastien Coste.  
Les 10 et 11 décembre.  
+ d'informations à venir...



Association  
**CARPE-DIEM**

INFOS : 06 73 89 69 39

Studio de danse :  
234, route d'Aix les Bains  
74540 – CUSY.

#### Pour info :

Des RDV du contact (Ateliers + jams) sont proposés à Chambéry les derniers dimanches de chaque mois par une association partenaire.  
[contact.impro.chambery@gmail.com](mailto:contact.impro.chambery@gmail.com)