

<b>OLIVIER NARBOUX</b> <i>Psycho-Somato-Thérapeute</i>		<a href="http://www.psychotherapie-narboux.fr">www.psychotherapie-narboux.fr</a>	
69220 Belleville - Port. 06 14 59 15 62			
<b>Atelier Danse Thérapie Adultes</b>		<b>Contact yeux bandés</b>	<b>01/06/2017</b>
ordre	exercices	musiques	Timing (mn)
1	Conscience des sens Respi > je vois > je ne vois plus mais le reste s'active <i>Je met en place le bandeau sur les yeux chacune leur tour</i>	Relaxation ondes alpha	00:06:41
2	Eveil corporel montée du mouv par les pieds progressive	Ave Maria Samba - Jorge Aragoa	00:06:02
3	Danse > fixation du mouvement > densification centre expir > fluidité extérieur inspir	Moment - Safri duo	0:03:30
4	Ronde contact yeux fermés traverse le cercle et prends la place	Beautiful Spanish Guitar music	0:03:52
5	Se laisser guidés avec juste mains en contact x2 (duos formés ds le cercle) 1	Por ti volare - Andréa Bocelli	0:04:13
6	Se laisser guidés avec juste mains en contact x2 (duos formés ds le cercle) 2	Por ti volare - Andréa Bocelli	0:04:13
7	Guider faire danser l'autre yeux fermés paumes en contact 1	No woman non cry - Olodum	0:04:07
8	Guider faire danser l'autre yeux fermés paumes en contact 2	No woman non cry - Olodum	0:04:07
9	Danser avec l'autre tout possible x2 les yeux fermés (duos formés ds un cercle yeux fermés)	California Dreamin' - Rumba music: Hannalicious	0:03:23
10	Danser avec l'autre en contact x2 les yeux fermés sans prises de mains (même duo)	Chanonry pont - Cunningham and m	0:03:51
11	Forêt Y. fermés 1/2 groupe d'arbres et l'autre en exploration en gardant toujours en contact 1	Skyfall - Adèle	0:04:45
12	Forêt Y. fermés 1/2 groupe d'arbres et l'autre en exploration en gardant toujours en contact 2	Skyfall - Adèle	0:04:45
13	Forêt Y. fermés départ idem en 1/2 groupe mais libération > remplacement au contact marqué	Fields of gold - Eva Cassidy	0:04:44
		durée total	0:58:13