

OLIVIER NARBOUX <i>Psycho-Somato-Thérapeute</i>		www.psychotherapie-narboux.fr	
69220 Belleville - Port. 06 14 59 15 62			
Atelier Danse Thérapie du 20 octobre 2016 avec la voix			
ordre	exercices	musiques	Timing (mn)
1	Ancrage très court	pas de musique	2,00
2	Réveil corporel par frottement des mains	Earthsong - Karuneh	5,46
3	ronde d'activation groupe progressif	Sozinho (version féminine)	4,28
4	1 geste 1 son STOP	<i>pas de musique</i>	6,00
5	marche des syllabes	when the saint	3,42
6	Sons expiration B. fermée respir. basse	<i>pas de musique</i>	2,00
7	Danse de respiration sonore	Ete d'amour	3,19
8	Explo sons possibles (bouche fermée)	<i>pas de musique</i>	2,00
9	Danse d'expression sonore (2 groupes)	Waves - Gabrielle Roth (7mn a raccourcir)	5,00
10	Sons (B fermée) levres visage gorge bougent	pas de musique	2,00
11	Sons en ouvrant la bouche progressivement	<i>pas de musique</i>	2,00
12	Danser son propre son du jour	<i>pas de musique</i>	2,00
13	Danse + son du jour en ouvrant les yeux	<i>pas de musique</i>	2,00
14	Chanson du moment (ronde retournée)	<i>pas de musique</i>	8,00
15	Ronde de bercement + chant	Amazing grace - BYU Noteworthy	4,12
16	Ronde de clotûre danse et chant	Vivir mi vida - BYU Noteworthy	2,58
		durée total	56,05