

<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 du 27 octobre 2016 - DANSE DES 5 RYTHMES</b>				
ordre	exercices	musiques	Timing (mn)	
1	Ancrage regard Bienveillant	Fontaine musique salle de bain	5,13	
2	body part 1/ De tête au bassin	Las cosas pequenas - Prince Royce	3,31	
3	body part 2 / Du bassin aux pieds	Santiago - Café del Mare	5,59	
4	body part 3 / intégration des pieds à la tête	The Ocean - Mike Perry	3,01	
5	<i>Présentation D. 5 rythmes</i>	<i>pas de musique</i>	6,00	
6	<b>FLUIDE</b>	Speaking Curves - Gabrielle Roth x	4,55	de 00 à 4,48
<b>FLUIDE</b>	<b><i>Le rythme pour s'enraciner, pour être réceptif et nous ancrer dans notre corps.</i></b>			
7	<b>STACCATO</b>	Raod rock it - Gabrielle Roth x	7,05	de 4,48 à 11,46
<b>STACCATO</b>	<b><i>Le rythme pour s'exprimer, se positionner; faire monter l'énergie de la puissance et du feu.</i></b>			
8	<b>CHAOS</b>	Samb Adagio - Safri Duo	5,56	de 11,46 à 17,40
<b>CHAOS</b>	<b><i>Le rythme pour vider la tête et lâcher prise.</i></b>			
9	<b>LYRIQUE</b>	Celebration de la terre	5,46	de 17,40 à 23,20
<b>LYRIQUE</b>	<b><i>Le rythme de la joie, de la créativité, la légèreté et la liberté.</i></b>			
10	<b>QUIETUDE</b>	Hymne A La Terre Nouvelle - Patrick Bernar	8,56	de 23,20 à 32,17
<b>QUIETUDE</b>	<b><i>Le rythme de la paix intérieur, de l'esprit calme, du plein et du vide de son corps habité.</i></b>			
		durée total	54,22	