

OLIVIER NARBOUX <i>Psycho-Somato-Thérapeute</i>		www.psychotherapie-narboux.fr	
69220 Belleville - Port. 06 14 59 15 62			
Atelier Danse Thérapie Adultes		Meneur / Mené yx bandés	21/06/2018
ordre	exercices	musiques	Timing (mn)
1	Centrage les 5 sens + le feeling	Fontaine musique salle de bain	0:07:00
2	Segmentaire Tete > Epaule > Bassin	Nothing else matter (raccourci) - Metellica	0:04:41
3	Segmentaire d'intégration des 3 centres - danse libre	Kiss - I Was Made For Lovin' You	00:04:14
4	Ronde d'activation <i>yeux ouverts au debut puis par moments possibilité de sortir (yx ouverts) et revenir</i>	I follow rivers - Lykke li Magician remix	0:04:43
5	Rencontre toucher des mains de chacun - puis autre rencontre <i>Prendre le temps de toucher et de se laisser toucher</i>	May it be - Enya	0:03:30
6	Rencontre et danse improvisée des mains - puis autre rencontre ou pas	La mort de Lhakpa - Himalaya BO	0:03:39
7	Rencontre contact tête épaules dos bras avec ses mains	Will you still love me tomorrow	0:04:06
8	Rencontre et danse avec contact sans les mains de dos épaules de tete bras	Robin des bois - BO	0:03:13
9	Rencontre touché mains puis marionette <i>ss parler devenir marionnette ou marionnetiste au ressenti (meneur / Suiveur)</i>	Dance of the fairies	0:04:04
10	Rencontre se tenir danser en se déplaçant <i>ss parler devenir meneur ou se laisser mener (lentement et prudemment)</i>	Vermelho - Fafa de Belem	0:03:44
11	Rencontre en etreinte	Concerto n°21 - Mozart	0:03:49
12	Rencontre se déplacer l'un contre l'autre <i>ss parler devenir meneur derrière ou se laisser mener devant (dos contre torse)</i>	Photograph - Ed sheeran	00:04:19
13	Rencontre se déplacer en etreinte (valse) <i>ss parler devenir meneur ou se laisser mener (lentement et prudemment)</i>	Adagio - Secret garden	00:02:54
13	Rencontre du regard sans contact	Rising - Lhasa	0:03:53
		durée total	0:57:49
Questions à se poser :			
Est ce que je mene ou est ce l'autre ou les 2 ?			
Ai je envie ou besoin de mener ou d'être mené ?			
Est ce que je laisse faire ou est ce que je souhaite modifier ?			
Comment je peut le faire le transmettre pour etre comprise ?			