

OLIVIER NARBOUX <i>Psycho-Somato-Thérapeute</i>		www.psychotherapie-narboux.fr	
69220 Belleville - Port. 06 14 59 15 62			
Atelier Danse Thérapie Adultes		Rencontre avec soi même	05/07/2018
ordre	exercices	musiques	Timing (mn)
1	Ancrage - Découvrir son reflet dans l'eau	Light and Easy With the Sound of a Quiet Stream	00:06:04
2	Bouteille ivre / 1 ou 2 groupe	The light of the spirit - Kitaro x	00:07
3	Body part tête à bassin	Get it right - Diplo	0:02:50
4	Body part bassin aux pieds	Feel it stell - Portugal the man	0:02:39
5	Body part intégration des pieds à la tête	Calypso - Luis Fonsi	0:03:35
6	Improvisation x4 en points cardinaux	Chandelier - Sia	00:03:31
7	Improvisation proche en duo (faire miroir) aller	Marche des toréadors - G. Bizet	0:03:45
8	Improvisation proche en duo (faire miroir) retour	Marche des toréadors - G. Bizet	0:02:13
9	Rencontre timide avec le miroir (avec soi) en dansant éventail - grimaces	Concerning the hobbit - BO seigneur des Anneaux	0:02:49
10	Double miroir 1 pers. en face et miroir de l'autre en tourne qd on veut	Think - Aretha Franklin	0:03:14
11	Double miroir 1 pers. en face et miroir de l'autre en tourne qd on veut	Think - Aretha Franklin	0:03:14
12	Danser Jouer avec son reflet en partant de loin - Je veux / Je veux Pas	Roxanne - Tango	0:04:21
13	Danse de connection avec soi même face miroir	Blood diamond - BO	0:02:38
14	Marche / Danse du regard profond face au miroir et face aux autres	Bird on the wire - Rosemary Standley	0:02:58
15	Etreintes (départ devant le miroir)	Red Hot Chili Peppers - My Friends	0:04:03
16	Ronde de clôture sortie retour libre	Sir duke - Stevie Wonder	0:03:52
		durée total	0:59:09