

OLIVIER NARBOUX <i>Psycho-Somato-Thérapeute</i>		www.psychotherapie-narboux.fr	
69220 Belleville - Port. 06 14 59 15 62			
Atelier Danse Thérapie Adultes		Regression	19/04/2018
ordre	exercices	musiques	Timing (mn)
1	Ancrage retour en arriere	La boite à musique - Rhian sheen x2	00:07:00
	<i>départ en cercle serré cercle antihoraire des yeux sensation souvenirs agréable d'aujourd'hui</i>		
	<i>puis 2 pas en arrière pour -5ans > -10ans > -10ans > -10ans à genoux puis allongé</i>		
2	Body part allongé tête aux pied puis intégration	It's small world (écouter si besoin)	00:13:42
3	Découverte visage et main première fois	Largo from violin - Vivaldi	00:02:32
4	Debout pour la première fois exploration espace des autres	Ademius - Song of sanctuary	0:04:01
5	En groupe un geste... un son... stop... (pas de mot)	---	0:05:00
6	Ronde de bienvenue	île aux enfants	0:02:21
7	impro x2 en croix	Hakuna matata - Le rion Lion	0:02:45
8	impro x2 en croix changement binome	Libérée delivrée - La reine neige	0:03:39
9	Défilé de clown (tunnel 1x1)	Charleston (doublé)	0:03:16
10	Induction ami imaginaire	---	0:02:00
11	Rencontre ami imaginaire (départ au centre)	Il vit en toi - Le roi lion (comédie musicale)	0:03:28
12	Danser avec son ami imaginaire	La chèvre BO Vladimir Cosma	0:03:45
13	Ronde/ chaine de bercement	Une chanson douce - Henri Salvadore	0:02:40
	<i>tous tournés tête et bras posés sur le dos devant soi</i>		
14	Ronde alternée (seul / ronde / seul)	Evereybody needs somebody	0:03:20
		durée total	0:59:29