

OLIVIER NARBOUX <i>Psycho-Somato-Thérapeute</i>		www.psychotherapie-narboux.fr	
69220 Belleville - Port. 06 14 59 15 62			
Atelier Danse Thérapie Adultes			03/05/2018
ordre	exercices	musiques	Timing (mn)
1	Centrage regard bienveillant	Blessing	0:06:00
2	Reveil corporel des pieds à la tête en conscience	Little L - Jamiroquai	0:04:53
3	Exploration espace les parties du corps guident	One day - Asaf Avidan	0:03:39
4	Ronde d'activation progressive (regards sourires)	Pachelbel - Chico et les gypsies	0:03:13
5	Présentation en mouvement :	So pra te mostrar - Daniela Mercury (boucle)	0:03:56
	<i>"Je suis..." Danse au centre "Je vous présente..." amène au centre - danse ensemble puis retrait du premier</i>		
6	Ronde sensitive des doigts	Next to you - Bebel Gilberto	0:02:51
7	Danse de synchronisation changeante	Buffalo soldier - Bob Marley	0:04:25
8	Chef d'orchestre ou mime musicien ou être l'instrument	5eme symphonie Beethoven (courte)	0:03:27
9	Impro en cercle	Danser - Yanick Noah	0:03:01
10	Impro avec chaise duo croisé	Love yourself - Justin Bieber	0:03:52
11	Elasticité	Europa - Gato Barbieri	0:04:13
12	Shampooing aller	Il discordo delia montagna - Claudio Gizzi	0:03:33
13	Shampooing retour	Il discordo delia montagna - Claudio Gizzi	0:03:33
14	Berçer l'enfant ou berçer la vie	Lullaby - Wiegenlied	0:03:46
15	Ronde communautaire	Hope - Allan Philips	0:04:22
	<i>main D entre les omoplates voisins D - Main G par dessus main voisin G</i>		
		durée total	0:58:44