

OLIVIER NARBOUX *Psycho-Somato-Thérapeute*

www.psychotherapie-narboux.fr

69220 Belleville - Port. 06 14 59 15 62

Atelier Danse Thérapie Adultes

FLUIDITE D. contact impro

01/02/2018

ordre	exercices	musiques	Timing (mn)
1	centrage sur musique + energie circulaire du groupe LE FLUIDE main ds main	Psalm X	0:07:00
2	Reveil seul : sentir le mouv monter depuis les pieds	Adios Ayer - José Padilla X	0:05:35
3	Impro en cercle faire comme celui du centre jusqu'au contact sur un autre (relais)	All night long - Lionel Richie	0:04:19
4	Chaine de mouv impro en relais x3 en ligne décallée <i>mouv de A - BC duplique - A s'arrete et passe après C - Mouv de B - CA duplique etc</i>	BO Dernier des mohicans	0:03:58
5	Danse groupe contact une main seulement avec l'autre (2 mains > 2 pers.)	Wasting my young years	0:03:21
6	Danse 1/2 groupe figés > libérés fluide par contact remplir les vides <i>peaufiner les contacts francs et les réponses toniques</i>	You and me - Diclosure	0:04:39
7	Danse 1/2 groupe figés > libérés fluide par contact enveloppant <i>peaufiner les contacts francs et les réponses toniques</i>	Dance of the fairies - Zero project	0:04:04
8	Danse 1/2 groupes figés différentes postures / formes l'autre en contact / aller	Fly - Ludovico Einaudi	0:03:18
9	Danse 1/2 groupes figés différentes postures / formes l'autre en contact / retour	Fly - Ludovico Einaudi	0:03:18
10	Danse contact en duo sans mains tjrs un contact	Pearls - Sade	0:04:35
11	DANSE FLUIDITE CONTACT IMPRO Remplir les vides envelopper groupe A+B	Apollo - Safri duo	00:03:04
12	DANSE FLUIDITE CONTACT IMPRO Remplir les vides envelopper groupe B+C	Le grand bleu - Eric Serra	00:03:44
13	DANSE FLUIDITE CONTACT IMPRO Remplir les vides envelopper groupe C+A	Charriots de feu	0:03:21
14	DANSE FLUIDITE CONTACT IMPRO tous (plus ou moins)	Baby i love you way - Big montain	0:04:23
		durée total	0:58:39