

	OLIVIER NARBOUX <i>Psycho-Somato-Thérapeute / Danse-Thérapeute</i>	www.psychotherapie-narboux.fr	
	69220 Belleville - Port. 06 14 59 15 62		
	Atelier Danse Thérapie Adultes	Ouverture - lachez prise	15/2/2018
	ordre exercices	musiques	Timing (mn)
	1 ancrage ballade puis le grand saut vers l'inconnu	Relaxation ondes alpha	0:06:00
	2 Kinésphère (démarrer la musique après le contact)	Ljeilu rythme progressif	0:05:57
	3 Ronde très large retourné 1 sur 2 en alternance	Baila Morena - Zuccherò	0:04:04
	4 Danse par 2 ouverture des bras (tendus)	Cotton Eye Joe - Redex	0:03:09
	5 bouteille ivre - 2-3 groupes	Leave the past behind...	00:07:06
	6 marionnette aller	Dance of the fairies	0:04:04
	7 marionnette retour	Dance of the fairies	0:04:04
	8 mobilisation de l'autre au sol aller	Celtic Dream - Zero project	0:05:05
	9 mobilisation de l'autre au sol retour	Celtic Dream - Zero project	0:05:05
	10 Danse d'intégration au sol (sur dos genoux ou assis seulement)	Ancien Pines - Loreena Mc Kennit	0:03:23
	11 lachez saut en arriere danse au sol	Forest gump Theme BOUCLE	00:08:00
	12 ronde de cloture	Medley - Gipsy Kings	0:04:54
		durée total	1:00:51