

QI DANSE A SAOU ATELIERS MENSUELS



© Laurent Quinkal

Exploration du geste, de la posture et de la conscience corporelle en soutien au plaisir d'être dansé

Les ateliers commencent par la pratique du Qi Gong de la Verticalité Intérieure. Nous partons de la posture de l'Être debout pour affiner notre conscience corporelle, notre enracinement et notre centrage en lien avec la sensation de poids et la précision des points d'appuis pour permettre l'alignement de la charpente osseuse, l'ouverture diaphragmatique et le relâchement des tensions inutiles.

Nous cherchons à développer une qualité de présence à soi, aux autres et au monde.

Nous explorons des jeux de mouvements simples et organiques qui préparent le corps et l'attention à la danse à travers des exercices de sensorialité, de coordination, de tonicité et d'assouplissements.

Puis vient le moment de s'engager plus avant dans la danse par l'expérimentation de différentes qualités de gestes et de matières de mouvement, la relation à l'espace et à la musicalité.

Laissant une grande part à l'imaginaire par des temps d'improvisation et de composition, seul, en duo ou à plusieurs pour malaxer, apprivoiser et jouer avec tout cet outillage.

Inventer et laisser émerger la danse singulière, unique et belle propre à chacune et à chacun.

Nous nous attachons à offrir un cadre sécurisant et nourricier pour une perception et une expression de soi authentique et sensible.

Patrick Chenut

13 rue des Abbayes 26400 Saou

Chenut.patrick@gmail.com

Tel : (+33) 06 10 44 92 93

IBAN : FR76 1680 7000 0781 6667 0921 331

QI DANSE A SAOU

ATELIERS MENSUELS

Les dates 2024 : samedis 5 Oct ; 2 Nov et 7 Dec.
2025 : samedis 18 Jan ; 15 Fev ; 15 Mar ; 5 Avr ; 17 Mai ; 14 Juin ; 5 juillet.

Espace Baba 13 rue des Abbayes 26400 Saou
Tarif : 400 € pour l'Année ; 200 € pour 5 ateliers ; 50 € par atelier

Les Intervenants :

Patrick Chenut

- Kiné de formation, thérapeute du mouvement par le mouvement. Formé au Qi Gong et au Tai Chi par Kar Fung WU et à la danse biodynamique avec Raphael Baile.
- Praticien de thérapie psychophysiologique depuis 40 ans.
- Anime les ateliers de Qi Danse depuis 15 ans.
- Membre de l'équipe de recherche en création et intelligence collective, « la relation comme guide » depuis quinze ans.

Isabelle Cavoit ,Danseuse, Chorégraphe.

Après une formation en Danse classique s'oriente vers la Danse Contemporaine à l'American Center de Paris .

Engagée pour plusieurs créations en France et à l'Etranger elle a dansé pour D. Bagouet, B. Glandier, G. Sorin, B.Menaut...

Elle arpente les techniques de la danse improvisée auprès de J. Hamilton, M. Tompkins, D. Lepkof, L. Nelson.

Praticienne certifiée de la Méthode Feldenkrais Diplômée D.E pour l'enseignement de la Danse Contemporaine .

Elle travaille et vit à Marseille pendant une trentaine d'années où elle crée sa compagnie Groupe PM Garage-Hotel.

Passant d'un langage formel codifié à des formes de plus en plus libres, elle collabore à divers projets plus performatifs ou sa présence flirte avec la théâtralité et affirme son intérêt pour la relation Musicien /Danseur .

Parallèlement Isabelle encadre des Ateliers de Danse Contemporaine et enseigne la Méthode Feldenkrais auprès d' enfants, d'adultes et pour des publics atteint d'Handicap.

Son installation récente dans la Drôme l'a conduit à rencontrer Patrick , les échanges de pratiques entre le Qi Gong , le Feldenkrais et la Danse mettent en évidence des attraits communs de recherches et de directions de travail , et l'intuition d'une belle complémentarité à faire partager aux stagiaires.

Patrick Chenut

13 rue des Abbayes 26400 Saou

Chenut.patrick@gmail.com

Tel : (+33) 06 10 44 92 93

IBAN : FR76 1680 7000 0781 6667 0921 331