



CHEZ-SOI DANS LE MONDE

Danser, chanter, jouer : être en équilibre dans le monde

STRASBOURG

Stages de Corps, Voix, Être - octobre 2023 & avril 2024

Animé par Peter Wilberforce

Deux week-ends de Corps, Voix, Être pour explorer l'enracinement dans son corps, son vaisseau, son instrument expressif. Deux stages pour découvrir la musique, la danse et le chant du monde auquel nous participons et dans lequel nous avons toutes et tous un rôle unique et précieux.

samedi 21 et dimanche 22 octobre 2023 : RETOUR À LA MAISON

Lorsque l'on se tourne vers soi-même, vers notre intériorité, que découvre-t-on ? Lorsque l'on ralentit, qu'on se laisse toucher par les énergies présentes en soi, que l'on invite le mouvement et le son, quelles expressions émergent ? Quels gestes, quels chants s'expriment ?

Un week-end pour se recentrer, se reconnecter à son corps, découvrir sa voix, manifester sa présence d'être au monde par la danse et le chant.

samedi 20 et dimanche 21 avril 2024 : S'OUVRIRE AU MONDE

Comment s'ouvrir au monde ? Oser le contact ? Lorsque nous sommes en lien, quelles énergies traversent notre corps, quelles résonances vibrent dans notre matière ?

Par le mouvement et le son, explorons la danse et le chant de la richesse de l'interrelation.

Lorsque la connexion se fait avec les autres, avec l'environnement, comment notre musique intérieure se transforme-t-elle ? En donnant geste et son à cette musique, quels liens se tissent ? Quelle création porteuse et enrichissante émerge de cette mise en relation ? Qu'est-ce que le collectif nous enseigne de nous-même et du monde ?

Notre boîte à outils : la danse des 5Rythmes, la Méthode Feldenkrais, les pratiques vocales de Chloë Goodchild et de Roy Hart et la méditation assise. Du temps pour danser et pour chanter, du temps pour partager, réfléchir et intégrer ses expériences. Un rythme adapté aux besoins individuels comme au besoin du groupe.



Peter Wilberforce propose un travail sur la présence à soi et au monde par l'exploration de la libération de la créativité individuelle en lien avec son environnement par la danse libre et le chant improvisé. Il anime des stages et des ateliers partout en France et en Europe. Il intègre dans son travail plusieurs pratiques corporelles et vocales - la danse des 5Rythmes, la Méthode Feldenkrais, The Naked Voice de Chloë Goodchild, Amerta Movement et la Technique Alexander. Il est guidé par la conviction qu'un apprentissage optimal et incarné se fait dans des espaces de calme et d'attention bienveillante. Sa démarche fait appel à un esprit de recherche et encourage l'accueil de tous les ressentis, ainsi qu'une ouverture vers le ludique et l'émerveillement.

www.bodyvoiceandbeing.com

STAGES

DATES

OCTOBRE 2023 – samedi 21 et dimanche 22

AVRIL 2024 – samedi 20 et dimanche 21

HORAIRES :

samedi de 10h à 18h

dimanche de 10h30 à 17h30

TARIFS :

Plein tarif - 190€ / tarif réduit - 160€ (à régler en totalité 4 semaines avant le stage)

Les deux stages -

300€ (à régler en totalité avant le stage d'octobre)

ATELIER OUVERT – 5RYTHMES®

DATES : jeudi 19 octobre 2023 / jeudi 18 avril 2024

HORAIRES : de 19h à 21h30

TARIFS : Plein tarif - 20€ / tarif réduit - 15€

LIEU

[NOOTOOS Église Protestante Saint-Pierre-Le-Vieux, 67000 Strasbourg](#)

INFORMATIONS & INSCRIPTION

Vanessa - 06 51 73 03 45 /

de-vague-en-vague@proton.me