

Association Le Groupe la Source

Programme oct 2021/juin 2022

Pour la nouvelle saison, 3 thématiques proposées :

**DANSEURS et CLOWNS
au BAL**

**Processus de construction
sur 5 stages
(engagement
demandé sur la totalité)**

**LES DIMANCHES DANSE
6 journées complètes
(possible à l'unité)**

**LES SAMEDIS MATIN
YOGA**

**9 matinées
(possible à l'unité)**

**bon été à toutes et tous
bien à vous
Régis Bourquin**



**PROCESSUS DE CREATION sur 5 STAGES / DANSEURS et CLOWNS au BAL /
EN VUE D'UNE REPRESENTATION LE 6 JUIN 2022**

LE CLOWN :

Le clown sera abordé de façon ludique. On s'amuse avec les états d'être, les humeurs, l'imaginaire, les scénarios et les corps en action. L'articulation du jeu et les relations entre les partenaires permettent de laisser place à l'imaginaire. On profitera de tous les états de jeu pour créer des rencontres et le plaisir de l'autre, et tout cela pour venir danser dans un Bal improbable !

LA DANSE :

Relaxation, respiration, perception, axes, équilibres, centres, libération des résistances. Développement de l'intuition du mouvement spatio-temporelle. Expression profonde de soi. Recherche de qualités fluides et continues. Développement de l'imaginaire dans la danse et le jeu.

LE BAL est le thème support et le but final :

Le bal révèle une micro société où les sentiments humains s'entrecroisent et s'entrechoquent et les relations se lient et se délient. Dans le Bal comme dans la vie, tout peut arriver. Entre solitude et rencontre, hésitation et exubérance, séduction et désir, acceptation et refus, élan, conflit, déception, etc... La vie des humains bat son plein entre ses drames et ses comédies entre chaos et harmonie.

OBJECTIFS des stages :

Précision et affirmation de soi, expression de soi en mettant en jeu ses diverses facettes intérieures et ses personnages en scène. Interprétation dans la danse et le jeu du clown.

Représentation en public le 6 juin 2022.

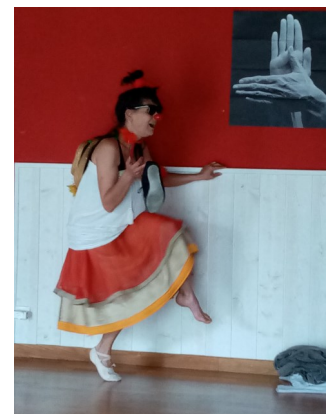
Coût total de la formation :

685€/14 journées complètes et 4 soirées.

Un engagement est demandé sur la totalité du processus de construction.

A voir pour s'inspirer :

- **Lien du film Le Bal d'Ettore Scola :**
https://www.youtube.com/watch?v=iWzZootv_Ro
- **Lien Le grand bal Laetitia Carton**
<https://www.youtube.com/watch?v=2NYCAy9iETQ>
- **Lien film Dirty dancing**
<https://www.youtube.com/watch?v=gQpYq2tGKuI>
- **Lien Slava Palunin**
<https://www.youtube.com/watch?v=p9q3-iW2DEo>
<https://www.youtube.com/watch?v=fJ43iaUQ1eo&t=82s>
<https://www.youtube.com/watch?v=qHshlUnezgs>





1^{er} stage de la série DANSEURS et CLOWNS au BAL
du vendredi 22 octobre 18h au lundi 25 octobre 2021 à 17h
animé par Régis uniquement
(3 jours/130€)

Intériorité / Expression personnelle / composition instantanée.
 Aller au plus près de soi pour exprimer un certain nombre d'états personnels dans la danse.

Matinée de 9h30 à 12h30

Training de danse : Assouplissement/échauffement/technique/improvisation/composition instantanée

Après-midi de 14h30 à 17h30

Training danse dans le Bal.

Déterminer des états de corps, des parcours, des envies de scènes en solo, duo, trio, chœur dans la danse.



2ème stage de la série DANSEURS et CLOWNS au BAL
du vendredi 17 décembre 18h au lundi 20 décembre 2021 à 17h
animé par Sébastien assisté de Régis
(3 jours/160€)

Aller vers soi pour exprimer un certain nombre d'états personnels dans le clown, le jeu et la relation à l'autre.

Matinée de 9h30 à midi

Training danse : mise en jeu du clown et travail sur la disponibilité et la relation entre clowns.

Après-midi de 14h30 à 18h30

Training du clown dans le Bal. Composition de duos, trios, quatuor et chœur.
 Soirées discussion organisation expérimentation.



3^{ème} stage de la série DANSEURS et CLOWNS dans le BAL
du jeudi 24 février à 18h au dimanche 27 février 2022 17h
animé par Sébastien et Régis
(3 jours/160€)

Clowns et danseurs : action et réaction/ Composition rythmique commune pour le Bal / travail sur l'image de soi en vidéo.

Matinée de 9h30 à midi

Training de danse : assouplissement / échauffement / technique / improvisation, Composition commune Valse / tango et autres danses de bal.

Après-midi de 14h30 à 18h30

Training danse et clown dans le Bal.

S'affirmer dans son action et sa représentation, sa gestuelle, son état, recherches sur les costumes et le maquillage.

Soirées discussion organisation expérimentation

4^{ème} stage de la série DANSEURS et CLOWNS au BAL
du vendredi 8 avril 18h au dimanche 10 avril 2022 à 17h
animé par Régis
(75€/le week-end)

Révision de toutes les séquences du BAL clowns et danseurs
10h-13h / 14h30 -17h les 2 jours
Soirée discussion organisation expérimentation



5^{ème} stage
du vendredi matin 3 juin à 10h au lundi 6 juin 2022 à 21h (Pentecôte 2022)
animé par Sébastien et Régis
(3 jours/160€)

Synthèse DANSEURS et CLOWNS : LE BAL

Répétitions / filages / représentation / clip

Matinée de 9h30 à midi

Training de danse : assouplissement / échauffement / technique / improvisation / prises de vues.

Après-midi de 14h30 à 18h30

Training danse et clown au Bal.

Travail approfondi des scènes, filage en costumes, maquillage.

Soirées discussion, organisation expérimentation.

**Représentation lors de l'événement
festif 30tenaire de l'Association
Le Groupe la Source
le lundi 6 juin 2022 après-midi.**



LES DIMANCHES DANSE animés par Régis Bourquin

Libération des potentiels de mouvements pour inventer sa propre danse.

Développement de l'intuition et du qui-vive dans le mouvement.

Improvisations individuelles et collectives pour se sentir libre en composition instantanée...

Expression et interprétation personnelles dans la danse et se rapprocher du théâtre corporel.

Danser et jouer dans des situations et des lieux divers.

1^{ère} journée DANSE dimanche 26 septembre 2021

La composition instantanée : intériorité, danser à minimal et au maximal .

2^{ème} journée DANSE dimanche 21 novembre 2021

La composition instantanée : extériorité, danser pour les autres et danser pour le monde.

3^{ème} journée DANSE dimanche 23 janvier 2022

La composition instantanée : danser en duo, à trois et plus et en danse contact improvisation.

4^{ème} journée DANSE dimanche 20 mars 2022

La composition instantanée : danser avec des accessoires.

5^{ème} journée DANSE dimanche 8 mai 2022

La composition instantanée : partout en tous lieux.

6^{ème} journée DANSE dimanche 12 juin 2022

La composition instantanée : partout en tous lieux et filmés.

Horaires des journées

10h-13h / 14h30 -17h

Prix 45€/journée

(Une journée offerte si engagement sur les 6 journées = forfait 225€).

LES SAMEDIS MATIN YOGA animés par Karine Nivon

de 10h à 12h30 / 20€ l'atelier

Ateliers de 2h30 pour un travail en profondeur sur les centres d'énergie grâce aux postures, aux souffles, aux vibrations des sons et à de profondes relaxations. La pratique du Natha-Yoga est un courant de Hatha-Yoga qui a gardé sa forme traditionnelle.

C'est aussi une invitation au voyage intérieur.

Ces ateliers sont ouverts à tous. Tarif : 20€

Les dates : 16/10, 27/11, 11/12, 08/01, 05/02, 05/03, 02/04, 14/05, 11/06

Réservez dès maintenant par mail : legroupelasource@gmail.com

Ou contactez :

Sébastien Guillet : 06 82 93 94 41 / sebindi@hotmail.com

Karine Nivon : 06 01 52 12 11 / karinenivon.namkha@gmail.com

Régis Bourquin : 06 24 85 05 79 / rbourquin3@yahoo.fr

Lieu : Espace des Ateliers 1155 Chemin de Laumache 07410 St Victor

Plus d'infos : www.dansestherapies.eu

