

**le mouvement danse
à l'intérieur
comme à l'extérieur
c'est lui qui nous transforme**

Ce stage s'adresse à tous

Le stage est animé par Claire Laronde

Claire Laronde anime des stages et formations où se rencontrent méditation, mouvement thérapeutique, présence et expression, en France, aux Etats-Unis, dans la communauté de Findhorn en Ecosse, dans le désert. Artiste et thérapeute par le mouvement, elle transmet l'art du mouvement depuis 30 ans. Elle dirige pendant 10 ans une formation en "Danse et Thérapie du Mouvement " à l'Ecole Nationale d'Issy les Moulineaux, puis développe et forme à la Danse du Sensible.

Somato-psycho-pédagogue, elle est formée à la Communication Non Violente, titulaire d'une postgraduation universitaire en Art et Thérapie du mouvement et d'un Master de recherche en psychopédagogie perceptive. Inspirée par la pratique de la Pleine Conscience du moine vietnamien Thich Nhat Hanh et par les recherches de Danis Bois sur le Sensible et le mouvement, sa rencontre avec le mouvement interne du corps a d'abord transformé son expression créatrice pour devenir un mode de relation au plus intime de soi.

Site Internet : www.clairelaronde.com

Informations pratiques

Renseignements et inscriptions

Claire Laronde : 06 63 91 22 65
ladansedusensible@gmail.com

Lieu et accès

LE MOULIN A VENT

10 rue du Pied d'Argent, 89500 Les Bordes

En pleine nature, dans la campagne majestueuse du nord de la Bourgogne, au coeur d'un domaine de 17 hectares de forêts et de prairies.

Prix du stage : 280 €

En cas de difficultés financières,
voir directement avec Claire Laronde

Hébergement

- Sur le lieu du stage au prix de :
88€/4 nuits, 108€/4 nuits en chambre individuelle

Les repas sont pris en commun sur le lieu du stage
La nourriture est végétarienne et biologique.
Coût pour les 4 jours : 128 € à régler sur place
directement à la cuisinière

Accueil le 22 à partir de 18h30.
Le stage se termine le jeudi 26 vers 17h.

Inscriptions

Joindre le bulletin d'inscription avec :
=> 80€ d'arrhes à l'ordre de l'Atelier du Sensible
=> 40€ d'arrhes à l'ordre de Claire Laronde
Le solde est à régler au plus tard une semaine avant le début du stage. En cas de désistement moins de 30 jours avant le début du stage, les arrhes sont conservées. La totalité sera conservée en cas de désistement moins de 7 jours avant le début du stage

L'ATELIER DU SENSIBLE
Adresse postale : 27 rue du Général Colin,
78400 CHATOU
ladansedusensible@gmail.com
<http://www.clairelaronde.com>

Avec le soutien de la Ville d'Issy les Moulineaux
Siège social de l'association : 20 rue Lazare Carnot,
92130 Issy les Moulineaux

LA DANSE
DU SENSIBLE

Etre acteur de son bonheur



La Danse du Sensible
une méditation en mouvement

23-26 Avril 2018

*Stage avec Claire Laronde
à la métairie du Moulin à Vent
89500 Les Bordes*



Etre acteur de son bonheur

La Danse du Sensible
est une danse méditative et intérieure qui
contacte la part sensible de la vie en soi et lui
offre l'opportunité de s'exprimer.
Elle se définit par la présence corporelle née du
mouvement intérieur ainsi que le rapport à soi
et au monde qui en découle

Pour être heureux, il s'agit de créer du bonheur !

Avec soi, avec les autres, avec la vie...

Le bonheur commence lorsque nous regardons en
profondeur, lorsque nous accueillons les sentiments
et les besoins qui nous animent. Il peut se
développer avec l'intention de transformer les
contradictions internes en compréhension profonde,
et de faire de son intériorité un véritable appui à
l'estime de soi, de sa vie et de l'autre.

Le bonheur devient ensuite chaque instant où nous
créons de la paix, de l'amour
et de la joie !

Faire le lien entre la danse et la vie, pour vivre dans
la joie quotidienne de la confiance, de la liberté et
de la créativité, et pour apprendre à "danser sa vie".

La rencontre avec son intériorité

Une approche méditative : une écoute en
profondeur, pour entrer en relation de présence
avec la part essentielle de soi, avec son
mouvement intérieur.

Le mouvement sensoriel, une gestuelle consciente

Le mouvement est lent, profond, sensible.
La qualité de présence au geste est de nature à
développer la conscience, elle nous ouvre
à la beauté du moment présent, à l'intensité de
notre présence. Rendre conscient ce mouvement
de l'intérieur de soi permet d'apporter au
geste présence et intensité, d'harmoniser
ancrage et émotion pour développer une danse
sensible.

La joie de l'expression authentique de soi

Exprimer chaque instant avec joie, pour que
chaque état d'âme, chaque perception devienne
source d'évolution dans l'amour et la
bienveillance. Lorsqu'elle devient sensible, la
danse du mouvement intérieur conduit à oser
montrer et partager dans l'expression gestuelle
ce qui émerge du plus profond de soi.

La danse invite à vivre une expression plus
incarnée de qui nous sommes, dans la joie de
l'expression et du partage...

Pour incarner le bonheur dans sa vie

Nous partagerons le temps entre méditation,
pratiques gestuelles et d'expression, danses,
écoute, écriture et partage.

Formulaire d'inscription

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

Tel _____

Email _____

Expérience en méditation, mouvement,
art et thérapie : _____

Je m'inscris au stage de Etre acteur de son bonheur
du 23 au 26 Avril 2018 à la métairie du Moulin à Vent,
aux Bordes 89500

Je joins
80€ d'arrhes à l'ordre de L'atelier du Sensible
40€ d'arrhes à l'ordre de Claire Laronde

⇒ à renvoyer à :
Claire Laronde, L'atelier du Sensible,
27 rue du Général Colin,
78400 Chatou