

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



Le stage sera 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 ». Elle est également musicienne.

Somato-psycho-pédagogue, Claire Laronde 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 d'où est tiré le livre « Sensible et sentiment d'incarnation ». 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.

Informations pratiques

Renseignements

Contact:
Claire Laronde : 06 63 91 22 65
ladansedusensible@gmail.com
Site Internet: www.clairelaronde.fr

Lieu

Salle Duplex, 6 avenue Jean Jaurès,
92130 Issy les Moulineaux
Métro ligne 12 : station Mairie d'Issy

Prix du stage : 185€

TR 165 € (adhérents à l'Association L'Atelier du Sensible) - En cas de difficultés financières, voir directement avec Claire Laronde

Horaires

Samedi : 10h – 18h - Accueil à 9h45
Dimanche 9h30 – 17h30

Inscriptions

Joindre : => le bulletin d'inscription
=> 55 euros d'arrhes à l'ordre de l'Atelier du Sensible

Le solde sera à régler à l'arrivée.
En cas d'annulation, les arrhes seront conservées



Association L'Atelier du Sensible
27 rue du Général Colin, 78400 CHATOU
L'atelier du Sensible - Siège social
20 rue Lazare Carnot, 92130 Issy les Moulineaux
<http://www.clairelaronde.fr>

Avec le soutien de la Ville d'Issy les Moulineaux

LA DANSE
DU SENSIBLE

La Présence du Cœur



**La Danse du Sensible
une méditation en mouvement**

8 et 9 Février 2020

*Stage avec Claire Laronde
à Issy les Moulineaux*



La Présence du Cœur

La Danse du Sensible est une méditation en mouvement, une danse 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 vivre en en harmonie, développer la présence du cœur dans la relation à soi-même, pour développer la présence du cœur dans la relation à l'autre, aux autres, au monde et à la vie.

La chaleur humaine est à la base de notre bonheur !

Cultivons la bienveillance, une écoute du cœur. Celle-ci commence lorsque nous regardons en profondeur, lorsque nous accueillons les sentiments et les besoins qui nous animent au delà des apparences.

La qualité de présence au corps, au geste et à l'intériorité porte notre ouverture et notre confiance. C'est alors que notre bienveillance envers les autres et envers le monde peut commencer à se développer.

La rencontre avec son intériorité

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

Le mouvement sensoriel, une gestuelle de la présence

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. Cultiver la présence du cœur en rendant conscient ce mouvement de l'intérieur de soi permet d'apporter au geste présence et intensité, d'harmoniser ancrage et émotion pour développer notre sensibilité bienveillante dans une danse sensible.

L'expression sensible et le partage dans la danse

"Développer le lien entre la source universelle du mouvement et ce qui nous rend unique, pour oser partager ce qui nous anime dans la profondeur de notre être. »

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.
...une expression du cœur

Le sens du mouvement

Des temps de parole pour faire le lien entre son geste et son ressenti : la proximité d'avec ses émotions, ses sentiments et ses besoins les plus profonds développe disponibilité et ouverture, conduisant à s'exprimer librement et à s'accepter plus entièrement dans toutes les dimensions de son être.

Formulaire d'inscription

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

Tel _____

Email _____

Expérience en méditation, mouvement, art et thérapie : _____

Je m'inscris au week-end de Danse du Sensible 8 et 9 Février 2020 à Issy les Moulineaux

Je joins 55 euros d'arrhes à l'ordre de « L'atelier du Sensible »

⇒ à renvoyer à :

L'atelier du Sensible, stage Claire Laronde,
27 rue du Général Colin,
78400 Chatou