

L A D A N S E D U S E N S I B L E  
*une méditation en mouvement*

**PRESENCE DANS LA PRATIQUE DE MOUVEMENTS CODIFIES**  
**Stage les 29 Février-1<sup>er</sup> Mars 2019 à La Maison, Beaumont-la-Ferrière**  
**avec Claire Laronde**

Les formes codifiées de mouvement sensoriel sont un appui quotidien à notre ancrage dans le corps et au développement de notre présence et de notre sentiment d'incarnation. Elles supportent notre structure intérieure pour nous relier à notre profondeur et oser montrer ce qui nous anime dans l'expression libre de notre danse.

La « pleine présence » en mouvement accorde le corps et l'esprit, offrant à notre sentiment d'existence le goût de l'essentiel.

Apprendre ou revoir certaines formes, préciser les intentions, renforcer la conscience du mouvement et la perception du corps habité, découvrir ou approfondir le sens de chaque geste... Vivre le plaisir, la liberté intérieure, l'émotion du mouvement, dans la danse présente et habitée qu'offrent ces formes porteuses de sens.

*Codifiés chorégraphiés par Claire Laronde :*

**La base d'ancrage**

**Terre et ciel, les verticalités d'ancrage**

**Donner recevoir**

**Le volume du monde**

**L'offrande**

**L'Affirmation dans l'ouverture**

**Un pas en avant**

**La danse du cœur**

**Codifié assis Respirer-Ouvrir**

**Codifié au sol**

*Codifiés chorégraphiés par Danis Bois :*

**La Fleur**

**L'envol**

**Le crépuscule**

**Le guerrier pacifique**

Prix du stage : 165€ à l'ordre de L'Atelier du Sensible

Hébergement repas, pour le week-end : 125€/135€ à l'ordre de La Maison à régler sur place

Lieu : La Maison, Centre Krishnamurti, Le Bourg, 58700 Beaumont-la-Ferrière - 03 86 38 21 78

Renseignements : 06 63 91 22 65 – [ladansedusensible@gmail.com](mailto:ladansedusensible@gmail.com) - [www.clairelaronde.com](http://www.clairelaronde.com)

---

**Inscription**

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Tel \_\_\_\_\_ Email \_\_\_\_\_

**Je m'inscris au week-end « Présence dans la pratique de mouvements codifiés »  
les 29 Février et 1<sup>er</sup> Mars 2020**

*Je joins 55 euros d'arrhes ou la totalité du règlement, à l'ordre de L'Atelier du Sensible*

*⇒ à renvoyer à Claire Laronde, L'Atelier du Sensible,*

*27 rue du Général Colin, 78400 Chatou*