

l'abandon au mouvement continu :
Following Through

Contact Improvisation
avec Adrian Russi

à Genève

26 -27 mars 2011

Sa : 11.00 - 17.30

Di : 10.00 - 16.30

www.adrianrussi.com

Following Through (l'abandon au mouvement continu)

Où me mène ma danse? Qu'arrive-t-il lorsque je m'abandonne à la gravité et au flux du mouvement? Comment la sensation d'être transporté à travers l'espace diffère-t-elle de celle d'être simplement soulevé et reposé? Comment développer ma confiance pour suivre sans hésiter mon partenaire?

"Following through" est un principe-clé du contact improvisation – c'est ce que j'ai découvert ces dernières années dans mes danses et mes explorations comme enseignant. Plonger dans le flux du mouvement implique un engagement actif qui dépasse le simple fait de laisser arriver la danse. Pouvoir suivre mes impulsions, la gravité et mes partenaires requiert une présence totale et la capacité de réorienter mon mouvement à chaque instant. Cette façon de bouger m'amène inévitablement dans l'ici et maintenant – et ainsi, la danse peut devenir rapide et sauvage, autant que subtile et intime.

Dans ce stage, nous explorerons cette qualité d'un point de vue technique et à travers des principes d'improvisation. Cela peut s'avérer à la fois exigeant et libérateur! Nous travaillerons sur des qualités comme le courage, la confiance et l'abandon pour nous plonger avec plus de liberté, de joie et de grâce dans l'onde du mouvement partagé.

Nous aborderons des principes du mouvement, des techniques de contact improvisation et surtout, nous chercherons à affiner nos sensations corporelles, ainsi que la perception de l'espace et de nos partenaires en mouvement. Il y aura également de la place pour la danse libre, des silences et des moments d'échange pour comprendre et intégrer pleinement le nouveau matériel dans notre danse.

Niveau : ouvert à toutes et à tous. Le matériel sera enseigné de façon à ce que tant les débutants que les danseurs avancés y trouvent leur intérêt.

26 - 27 mars 2011 Sa: 11.00 - 17.30 Di: 10.00 - 16.30 (avec pause repas)

Studio de l'ADC, Maisons des Arts du Grütli, 2^{ème} étage, 16, rue du Général-Dufour, CH-1204 Genève

Fr. 170.- (Euro 115.-) // Fr. 150.- (Euro 100.-) en cas d'inscription jusqu'au 12 mars (2 semaines avant le stage). L'inscription est validée par le versement d'un acompte non remboursable de Fr. 60.- (Euro 40.-)

Compte postal: PC 30-92'944-2, A. Russi, 3013 Bern

L'assurance est à la charge des participant-e-s.

Adrian Russi : En développement depuis 20 ans dans le domaine du travail corporel et énergétique, des arts martiaux et de la new dance / contact improvisation. Formation de base en new dance auprès de „bewegungs-art“ à Freiburg i.B., avec l'accent sur l'improvisation libre. Formation de thérapeute craniosacral. Performances et enseignement réguliers dans le domaine de l'improvisation et de la danse contact en Suisse et à l'étranger. Sources d'inspiration entre autres: Steve Paxton, Nancy Stark Smith, Andrew Harwood, David Zambrano et Lilo Stahl.

Adrian Russi CH-3013 Bern adrian.russi@bluewin.ch +41-31-332'50'06 ou +41-79-600'87'80 www.adrianrussi.com

Organisé avec le soutien de l'Association de danse contact improvisation - Genève (Paola 079 781 77 41)

Jam: Samedi après le stage, possibilité de rester pour la jam (jusqu'à 20h00; www.tuena.ch/contact_improvisation)