

découvrir - rafraîchir - approfondir :

# Contact Improvisation

Cours de base à Bruxelles  
avec Adrian Russi

14 - 15 mars 2020  
sam / dim: 10.00 – 17.30

[www.tiandi.be](http://www.tiandi.be)

[www.adrianrussi.com](http://www.adrianrussi.com)

## Contact Improvisation

Cours de base pour découvrir, rafraîchir ou approfondir ses connaissances...

**Le Contact Improvisation est une danse** dans laquelle la physicalité, la communication et le jeu se rencontrent de façon créative et imprévisible. Elle a le potentiel de toucher en profondeur différents domaines de l'être.

**Un duo de contact commence souvent** lorsque deux danseurs/ses trouvent un point d'appui et écoutent ce point de contact qui voyage constamment, puis trouvent un flux dans le mouvement partagé. A travers la communication corporelle, le contact physique qui se perd et se retrouve, le jeu avec le poids et le toucher, se dessinent sans cesse de nouvelles possibilités comme rouler, tomber, voler et être porté – et à partir de là surgit une connexion dans la danse qui évolue d'elle-même. Nous partons dès le départ pour un voyage dans l'inconnu.

**Du fait que les danseurs/ses suivent des principes de mouvement précis** en faisant confiance à leur propres sensations et à la gravité, un grand spectre de qualités s'offre naturellement: la danse peut être douce et tendre ou rapide et sauvage, en fonction des préférences et des capacités des participant(e)s et de l'atmosphère dans l'espace à ce moment-là. C'est une danse de l'instant, un pur moment d'improvisation qui fait appel à l'instinct et à l'intuition.

**Le stage s'adresse à tout le monde, le matériel va être présenté d'une façon que les débutants et les gens expérimentés vont profiter pleinement.**

**14-15 mars 2020** 10.00-17.30 (avec pause repas) **Gymnase de l'école des cèdres, rue du loutrier 44, 1170 Bruxelles (Boitsfort)**

**PAF : € 130.- // € 100.- (prix chômeurs).** L'inscription est validée par le versement d'un **acompte non remboursable de € 50.-.**

**Payment:** asbl Tiandi BE79 0689 0832 8033

**L'assurance** est à la charge des participant-e-s (votre assurance responsabilité civile)

**Adrian Russi** est un professeur international de contact improvisation et de composition instantanée (New Dance) basé en Suisse, invité à enseigner et à danser le contact sur scène à travers toute l'Europe. Après avoir étudié la composition instantanée à "bewegungs-art" à Freiburg/All, il continue à se former auprès de nombreux professeurs, dont Steve Paxton, Nancy Stark Smith et Nita Little. Son enseignement comporte des aspects à la fois techniques, perceptifs et communicatifs. Pour lui, le plaisir du jeu, l'engagement total dans la danse et le respect des autres sont des valeurs essentielles pour vivre pleinement le contact improvisation. Son enseignement est en outre influencé par différents arts martiaux et par sa formation en thérapie cranio-sacrée, ainsi que par ses propres recherches dans le monde du mouvement (entre autres sur les fascias).

**Infos et inscriptions :**

[fabienlacroi@gmail.com](mailto:fabienlacroi@gmail.com)

**0473 39 58 30**

[www.tiandi.be](http://www.tiandi.be)