

Stage de danse contemporaine avec Poumi Lescaut

Les 4 et 5 juillet 2009 de 14H à 18H
à Danse Théâtre et Musique 6 rue de la Folie Méricourt Paris 75011

Présentation de l'atelier :

- 1 demie heure d'échauffement par le yoga dynamique : apaisant et dynamisant, améliore la concentration, exercices anti-trac, quelques outils utiles au quotidien...
- 1H30 de technique de danse contemporaine axée sur l'unité du corps et de l'esprit. Mémoriser les sensations équilibrantes. Une danse qui allie lyrisme, conscience et précision.
- 2H d'atelier d'écriture chorégraphique invitant à exprimer quelque chose de soi par la proposition chorégraphique d'une part, par l'écriture personnelle d'autre part.

Renseignements pratiques : apporter des vêtements blancs pour le yoga et un tissu léger pour la danse.

coût du stage : 90^E pour les deux jours, moins 10% pour les inscrits avant le 15 juin
Réduction aux danseurs professionnels et personnes en difficultés mais très motivés : nous contacter

Inscriptions au 01 45 82 08 70 et 06 26 98 56 42

Merci d'envoyer vos arrhes 30€ pour confirmer votre inscription par chèque à l'association le Char du Soleil. 29 rue Cantagrel Hall3 - 75013 Paris



Poumi, chorégraphe, danseuse, chanteuse, peintre, psycho-énergéticienne, elle enseigne et diffuse son travail de création ici et là dans le monde en reliant occident et orient...

Plus d'infos sur son travail : www.poumi.com