



Toujours passionnée par quête de sens et connaissance de soi, expression poétique de l'imaginaire, danseuse, chorégraphe, chanteuse, peintre, j'ai été amenée à faire une synthèse de tout cela, enrichie par l'étude des traditions et philosophies spirituelles pour explorer les méandres de l'être... synthèse qui m'a conduite à l'art-thérapie en plus de la pédagogie (dès l'âge de 20 ans).

Tout a commencé par la danse classique, puis contemporaine, et aussi le théâtre, le mime, la musique, les arts plastiques. Yogi Bhajan m'a initiée au Kundalini yoga qui est devenu l'axe par lequel tout s'est relié. Mes voyages à travers l'Orient, l'Inde en particulier, mais aussi l'Afrique, les Antilles, New York, l'Europe et les pays méditerranéens ont imprégné mon travail de création et approche pédagogique, influencés par ces expériences.

Concernant la thérapie : énergétique humaine à la Sorbonne avec Y.A. Dauge, une formation en psychologie analytique à l'institut Théracie ainsi que ma participation au GERPA, groupe d'études sur les travaux de C.G. Jung.

Dans la première partie de ma vie j'ai été danseuse dans la compagnie de M. Béjart. Puis j'ai fondé ma propre compagnie et réalisé une vingtaine de créations à Paris (Opéra – Comique, C. N. d'Art Contemporain G. Pompidou,...) et aussi dans tous ces pays, où j'ai été invitée à enseigner et à monter des créations.

Un ouvrage sur mes travaux de recherche en danse est en cours d'écriture.

Le chant sacré d'Orient depuis plus de 20 ans fait chanter mon cœur en concert et par une série de 5 albums, en plus de la danse – une création est en cours.

C'est ainsi que je relie l'Occident où je suis née physiquement et l'Orient où je suis née spirituellement.



Contactez-nous car des changements peuvent survenir

à l'Espace du Temps Présent

30 rue Monsieur le Prince 75006 Paris

Demandez les codes d'entrée !

Les lundis de 19h30 à 21h : danse  
contemporaine

Les mardis : de 18h à 19h30  
45' yoga et 45' danse

**NOUVEAU !**

à Micadanses : 16 rue Geoffroy Lasnier  
centre de pédagogie et de création en danse  
contemporaine

Les mercredis de 12h15 à 13h45 yoga  
Les samedis 28/9 ; 12/10 ; 23/11 ; 14/12 :  
Ateliers : yoga, danse et improvisation  
De 10h à 13h, inscriptions : 01 45 82 08 70

Tarifs pour les cours collectifs

A l'unité : 22 € (voir règlement des cours au verso)  
tarif réduit de 10% en cas de difficulté.

Au trimestre : (12 cours chacun)

1 cour/semaine : 215 € / le trimestre

2 cours/semaine : 385 € / le trimestre

L'abonnement ouvre sur tous les cours.

Les ateliers du samedi : 42 € à l'unité  
155 € les 4 ateliers.

Les dates du trimestre suivant seront publiées  
en décembre...

Poumi Lescaut saison 2013/2014

*L'atelier de l'âme dansante*

- . Kundalini yoga (dynamique)
- . Danse contemporaine
- . Chant Occident-Orient
- . Stages dans la nature
- . Art-thérapie

*Faire de sa vie une oeuvre d'art*



*Cours réguliers dès le 9 septembre  
30 Rue Monsieur le Prince 75006 Paris et au  
16 rue Geoffroy Lasnier 75004 Paris*

Association Le Char du Soleil  
29 rue Cantagrel - Hall 3  
75013 Paris - 01 45 82 08 70  
news : [www.poumi.com](http://www.poumi.com)  
contact : [poumi.l@poumi.com](mailto:poumi.l@poumi.com)