

# MUSICALITE

du

# Corps

## Les ateliers « Musicalité du Corps » :

Les ateliers auront lieu des dimanches de 10h à 13h et 14h à 17h.

### Calendrier thématique :

- Le 18 septembre 2016 : L'Axe et la Colonne
- Le 9 octobre 2016 : Les Pieds
- Le 13 novembre 2016 : Les Hanches
- Le 11 décembre 2016 : Le Dos
- Le 15 janvier 2017 : La Ceinture Scapulaire et les Membres Supérieurs
- Le 19 février 2017 : Le Regard et l'Ouïe
- Le 12 mars 2017 : La Respiration et la Voix
- Le 23 avril 2017 : La Sensation de Poids, Contrepoids, Tension et Relâchement
- Le 28 mai 2017 : Le Système Nerveux, les Réflexes et les Automatismes
- Le 18 juin 2017 : Le Système Laban

Les thèmes de chacun des ateliers sont complémentaires, mais il est tout à fait possible de s'inscrire à l'unité, sachant que les personnes qui souhaitent suivre l'intégralité des ateliers seront prioritaires.

Le groupe est limité à 12 participants maximum.

### Tarif :

90 Euros /atelier.

Tarif dégressif dès le 4<sup>ème</sup> atelier.

Echéancier sur demande.

### Lieu :

19 rue Gabriel Péri – 78420 Carrières sur Seine  
(à 12 mn de la station RER Charles de Gaulle – Etoile)

### Inscriptions et Renseignements :

N'hésitez pas à envoyer un email aux intervenantes :

TODOROVITCH Hélène :

[encorps.helene@orange.fr](mailto:encorps.helene@orange.fr)

DISSEIX-BERGER Éaetitia :

[asso.studiokaleidoscope@gmail.com](mailto:asso.studiokaleidoscope@gmail.com)

## A qui s'adresse les ateliers

### « Musicalité du Corps » :

Ces ateliers sont ouverts à toute personne désireuse de découvrir une nouvelle approche dans le cadre d'une démarche d'épanouissement personnel, ou dans un but d'enrichissement professionnel.

## Objectifs d'un atelier

### « Musicalité du Corps » :

- La découverte de l'Anatomie se fera dans le but de sentir de façon juste les exercices proposés en fonction des différents thèmes des ateliers.
- La découverte de la méthode Dalcroze se fera en lien avec les exercices d'Anatomie appliquée.
- Un temps important sera consacré aux *exercices pratiques* pour intégrer les *éléments théoriques*. Proposition d'exercices concrets que chacun pourra se réapproprier en trouvant un prolongement dans sa pratique artistique et/ou son enseignement, dans son quotidien.

## Contenu d'un atelier

### « Musicalité du Corps » :

Nous proposons un travail d'approfondissement de la connaissance de soi-même, à travers les éléments suivants :

- **Coordinations corporelles** : pour une aisance et une fluidité du mouvement.
- Développement des **perceptions sensorielles** : kinesthésiques, auditives, visuelles.
- Justesse du geste dans le **respect de l'anatomie** et de la physiologie humaine.
- Développement du **vécu musical en 3D** : Dimension spatiale (TEE), Dimension sensorielle (Kinesthésique, Auditif, Visuel, Tactile), Dimension émotionnelle (Interaction à soi/au groupe).

## Intervenante en Anatomie appliquée au mouvement :

Hélène TODOROVITCH, danseuse contemporaine, est enseignante en anatomie appliquée au mouvement (dans le cadre du DE de danse, en école de psychomotricité, en école de danse, et à l'université Paris Descartes – Master de danse-thérapie).

[www.mouvement-anatomie.fr](http://www.mouvement-anatomie.fr)

## Intervenante en Rythmique Jacques-Dalcroze :

Éaetitia DISSEIX-BERGER, musicienne, est enseignante selon la méthode Jacques-Dalcroze (au CRR de Rueil-Malmaison, où elle enseigne la Formation Musicale aux musiciens et aux danseurs, dans le cadre de formations aux CFMI et CEFEDM). Elle poursuit actuellement la formation du Diplôme Supérieur à l'IJD de Genève.