

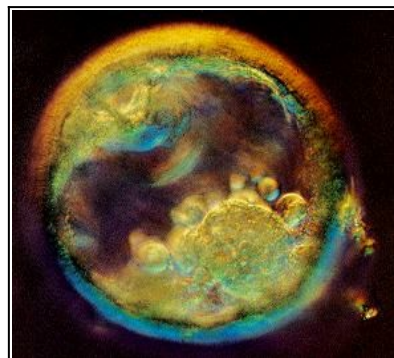
# CELLULAIRE

**Contact Improvisation & Body-Mind Centering®**

**Stage avec ALEX GUEX (CH)**

**15 mars – 19 mars 2023**

**Cévennes, France**



Une cellule sait qu'elle existe. Pure présence. Une cellule sait qu'elle respire. Pur mouvement. Une cellule comme une terre, ronde, vivante et porteuse du savoir de l'eau. De l'eau dans une peau.

En s'accordant à nos mouvements internes, nous trouverons une fondation depuis laquelle le mouvement est un chemin de l'être, la relation un échange nécessaire, la présence un état biologique, la danse une respiration.

Nous nous intéresserons à ce que la cellule, mère de toute vie, peut nous apprendre dans notre toucher, notre enracinement, notre expansion dans l'espace, nos accordages avec l'autre et le collectif.

*« Nous nous asseyons au sol de nos vies, dans le silence, immobiles, ayant soigneusement éteint la lumière crue de notre savoir, et dans la pénombre aimante de l'attention nous regardons apparaître ce qui est. Et nous apprenons du silence à être un parmi d'autres. » M.Chopin*

Bienvenu pour cette plongée en eaux précieuses, au cœur de l'approche du Body-Mind Centering, où le mot connaissance et le mot confiance ne font plus qu'un.

*Attention : Ouvert aux personnes qui ont déjà une aisance en Contact Improvisation.*

---

## Tarifs

**300 euros par personne en camion ( attention, période froide, lieu en altitude)**

**350 euros par personne en gîte (dortoirs de 5 places)**

Ces tarifs comprennent : les nuitées, les repas du midi (sauf mercredi) et les frais pédagogiques.

**L'arrivée est demandée soit la veille du stage (supplément pour une nuitée), soit le mercredi à 12h au plus tard pour partager un repas ensemble (auberge espagnole) .**

**Début des cours mercredi 14h – fin des cours dimanche 14h**

Les repas du midi seront concoctés par notre cuisinière.

Les soirées, nous ferons des équipes cuisines, auquel vous participerez une fois dans la semaine pour faire un repas à l'ensemble du groupe. Les petits déj sont à organiser pour vous-même.

Inscription dès le 31 décembre 2022 (pas de réponse avant cette date) : auprès de Anne Sophie sur son email : [soroses@hotmail.com](mailto:soroses@hotmail.com)

Elle vous dira comment réserver votre place via l'envoi d'un chèque d'arrhes de 120 euros, non remboursable si désistements après le 15 février.