

LE CYCLE

BODY-MIND CENTERING® - HAPTIQUE - CONTACT IMPROVISATION

à la source du toucher et du mouvement

ANNÉE 1 Fondations haptiques et somatiques	1	CORPS MATIÈRE	Le sens de soi: Couches du toucher , proprioception, structuration de la skinesphère, identité somatique (enveloppe , contenant , contenu)	30 jours
	2	CORPS FLUIDE	Le sens du mouvement : conscience cellulaire & intelligence des liquides corporels , schèmes pré-vertébrés, vestibulaire	
	3	CORPS ORIGINE	Le sens de sa création : Embryologie, création des axes , structuration par l'espace kinesphérique, genèse des systèmes	
	4	CORPS ANIMAL	Le sens d'incarnation : Sensorialité, développement 1ère année , reconnexion avec la nature, boucle sensorimotrice , sensualité originelle	
	5	CORPS COLLECTIF	Le sens d'appartenance : Cartographie (Underscore & schèmes de développement) , schème spinal (entrer dans l'espace) , schèmes collectifs, ensembles improvisés	
ANNÉE 2 Systèmes sources	6	CORPS ORGANIQUE	Les organes : présence pleine, organisation au sol , lien organes & squelette, schème homologue et homolatéral, dimension intime	30 jours
	7	CORPS TISSULAIRE	Le fascia : tenségrité individuelle et collective, intégrité tissulaire, directionnalité , élasticité, attache ligamentaire (lien)	
	8	CORPS PERCEPTION	Le système nerveux : régulation sensorimotrice , modulation attentionnelle, dialogues improvisés, mouvement spontané	
	9	CORPS VIBRATOIRE	Le système endocrinien : Squelette vibratoire, dimension transpersonnelle (au delà du moi), équilibre profond, clarté de forme , chaos, esprit du sacré	
	10	CORPS INTÉGRATION	La récolte : Langage commun, singularités, valeurs somatiques, bilans, horizons, célébration	
ANNÉE 3 Intercycles	1	ESPACE SOIN	Accompagner les flux: Les liquides , accompagnement par le toucher, mouvement internes, rythmes internes & respiration embryonnaire	16 jours
	2	ESPACE JEU	Jouer la relation : Contact impro, schèmes neurologiques , réflexes archaïques, modulation tonique, chutes, fascias.	
	3	ESPACE CRÉATION	Composer in situ : État d'improvisation, co-crétions , partitions, expression multimodales	