

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 | |