



“FASCIA CONTACT”

Stage avec Alex Guex
du 13 au 17 décembre 2023 / Pave, Ariège (FR)



Voici ici une proposition d'étude des mouvements et des formes qui ont cours dans la pratique du CI. Disons- le, c'est une envie de travailler plus en précision la qualité tissulaire qui soutient les diverses formes du Contact Improvisation.

Fascia Contact, c'est le nom donné pour l'occasion à un Contact Impro qui a, selon moi, émergé ces dix dernières années. Ce « style » c'est avant tout une orientation vers un flow, un intérêt pour le continuum, une maîtrise du tonus et du geste. Nous, nous y verrons surtout toute son importance en terme de soin des chemins et d'intégrité corporelle.

Depuis les espaces articulaires et la détente musculaire, émergera la guidance de nos tissus conjonctifs : ces mystérieuses peaux d'eau que sont nos fascias. Multiples dans leur fonctions et dans leur densités, fibres élastiques, semi-fluide, et viscosité du miel, nos enveloppes fasciales se glisseront dans nos directions et établiront nos ancrages dans l'espace. Entre absorption et redistribution, mêlant le spécifique au global et le global au spécifique, nous tisserons, circulerons, mettrons en lien, en suivant la loi du moindre effort et du maximum de confort.

Disponibles sont les chemins, ils n'attendent qu'un peu d'espace et de douceur pour exister.

Bienvenu à celles et ceux qui aime la gestuelle émergente de cette pratique et qui veulent y « peaufiner » leur technique.

Info tarifs * & inscriptions

300 euros : en externat ou en camion (places limitées)

340 euros : en gîte

Ce tarif comprend 4 repas du midi + hébergement + frais pédagogiques. Les petits déjeuners personnels et un repas du soir à concocter avec une équipe pour l'ensemble du groupe, restent à votre charge.

Contact dès le 1 septembre : Hélène: helene.flacard@laposte.net

Un chèques d'arrhes de 100euros non remboursable vous sera demandé pour réserver votre place. Niveau de pratique : au bénéfice d'une expérience préalable de stage CI

Arrivée demandée mercredi 12h et départ dimanche à 16h30.

** Les tarifs des stages ont sensiblement augmenté en 2023, à mon grand regret, étant donné l'augmentation des frais des gîtes, de chauffage, de déplacement et de nourriture. Merci de votre compréhension.*