

COMME UN ENFANT

Contact Improvisation & Body-Mind Centering®

Stage avec ALEX GUEX (CH)

20 octobre-26 octobre 2025

Ariège, France



Un stage avec une intention structurante.

Un stage dédié aux fondamentaux du mouvement sur terre, afin de soutenir **l'organisation des corps en Contact Improvisation**.

Elle me semble tellement nécessaire et tellement essentielle cette retransversée des étapes du sol à la marche, que je suis en joie de l'accompagner.

Nous l'avons déjà fait dans notre première année sur Terre, nous la referons. Ce stage nous aidera à se souvenir. Et l'approche éducative du BMC sera exactement là pour nous accompagner et nous garder au plus près de notre confort dans ce désapprentissage -réapprentissage.

Nous aborderons pour cela la présence organique, les schèmes de développement terrestres, les réflexes, les étapes évolutives des perceptions, et probablement la construction osseuse. Nous chercherons à mieux définir les supports qui fondent nos ancrages, nos rouler, ramper, marches à quatre pattes, notre position debout.

Recommençons ensemble, construisons patiemment les chemins ajustés, et nous voyagerons entre terre et espace avec simplicité.

Recommandé à toute celles et ceux qui souhaitent une fondation solide pour leur pratique du Contact Improvisation, mais aussi cultiver une hygiène dans les mouvements du quotidien. Nous travaillerons tout cela avec grande douceur, patience et bienveillance.

Ouvert à toutes et tous.

Tarifs

-----par personne en camion

-----par personne en gîte

Ces tarifs comprennent : les nuitées, les repas du midi et les frais pédagogiques.

L'arrivée est demandée le lundi à 17h pour un cours d'introduction et partager un repas ensemble (auberge espagnole).

fin des cours dimanche 16h ménage compris.

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 1 juillet 2025 (pas de réponse avant cette date) : auprès de -----

Elle vous dira comment réserver votre place via l'envoi d'un chèque d'arrhes de -----, non encaissé mais non remboursable si désistements après le 15 septembre