

LES ATELIERS 2021/2022

Atelier mensuel de 2h /10€, samedis 15h/17h

Danse accessible à tous, tout âge et toute condition physique : échauffement ludique et sensoriels, jeux thématiques et relationnels, découverte personnelle du mouvement dansé. Danse libre, improvisation et création pour retrouver en confiance le danseur qui est en nous.

8 thématiques indépendantes abordées sur l'année, les danseurs peuvent venir régulièrement ou ponctuellement ; les représentations scéniques seront facultatives.

Atelier Découverte Gratuit

Samedi 16 Octobre : *Bal Masqué*

Atelier 1 : Samedi 13 Novembre : *Anima*

Atelier 2 : Samedi 11 Décembre : *Danse en silence*

Atelier 3 : Samedi 15 Janvier 2022 *Les 5 corps*

Atelier 4 : Samedi 12 Février *La spirale et sa Reliance*

Atelier 5 : Samedi 12 Mars *Confidanse*

Atelier 6 : Samedi 9 Avril *Discorpsdanse !*

Atelier 7 : Samedi 14 Mai *L'impassible force tranquille*

Atelier 8 : Samedi 11 Juin *Le changement...*



<http://letraitbleu.com/>

1 Rue Joutx-Aigues, 31000 Toulouse

Téléphone : 05 61 25 78 42

letraitbleu@gmail.com



Association Danse et Reliance

Wyn Elodie, 06.41.52.41.60

reliance.asso31@gmail.com

elodie.wyn@gmail.com

Danse adaptée
Danse pour tous

Ateliers mensuels

2021/2022



Issue d'une formation en danse afro modern' jazz et de formation universitaire en psychologie et en activités physiques adaptées, je travaille depuis plusieurs années à la transmission d'une danse accessible à tous, pour tous.

Menant des cours d'expression corporelle, d'initiation à la danse et de danse adaptée auprès de divers publics (enfants, adultes, publics à besoins spécifiques) : l'expression dansée du sujet et le partage sont les principaux axes de mon projet professionnel.

Qu'est ce que danser ? Est-ce universel ? Pourquoi danse t on ? Et comment danse t on ?

Ces questions fondamentales me rendent curieuses de toute pratiques corporelles et motivent mon désir de création collective.

En pratiquant diverses disciplines (clown, yoga, Qi Gong...), en participant à des stages et projets artistiques variés, ayant dansé au sein de la Cie du Trait Bleu, je souhaite enrichir et partager cette matière invisible qu'est la danse, expression corporelle vivante, langage universel qui nous incarne tous.

Ainsi, je souhaite transmettre ces valeurs avec la synthèse personnelle que j'en ai fait : c'est-à-dire une danse emprunte de différents styles et vocabulaires culturels (danses modern'jazz, africaines, urbaines, contemporaines) et de différentes préparations corporelles (massage, respiration, tonification douce, barres au sol, relaxation...).

« Danser : rendre visible l'invisible »

« La danse : le corps, le cœur l'esprit à l'unisson »

LA DANSE ADAPTEE AU TRAIT BLEU

La danse pour tous

Dans le cadre d'interventions en danse en établissement spécialisé pour public en situation de handicap, je souhaite développer des ateliers de danse adaptée pour tous et ainsi offrir la possibilité d'une pratique artistique pour ce public mais aussi pour mettre du lien entre les individus au-delà de leurs différences (physiques, mentales, sociales, culturelles...) et diffuser auprès du plus grand nombre dans un souci de partage et de découverte via la DANSE.



« Une danse accessible à tous par une technique adaptée »

A travers mes expériences, j'attache une grande importance à l'accompagnement éducatif ainsi qu'à la culture et je pense que la danse joue un rôle essentiel dans ces domaines.

Au-delà du mouvement dansé, esthétique et chorégraphié, la danse participe au développement moteur, personnel et social de l'individu, et de fait elle est dans ses origines un besoin physique d'expression et de partage.

J'aime travailler en danse pour ses effets stimulants sur la motricité, pour le plaisir qu'elle procure à nous mouvoir dans le temps et l'espace, pour l'éveil de notre conscience corporelle

et pour l'écoute et la solidarité qu'elle engendre lorsque nous dansons ensemble.

Le travail pédagogique en danse est d'autant plus intéressant qu'il peut être adapté selon différents publics (âge, culture, situation sociale...) et qu'il est accessible à tous si l'on reste attentif et à l'écoute.

La danse est avant tout un état: je pars donc du postulat que nous sommes tous danseurs et qu'il est bon de renouer avec cette mouvance intérieure comme il est bon de jouer, de rire et de découvrir...

Cette pratique permet alors d'offrir à chacun :

- **une possibilité de s'exprimer**
- **de se sentir valorisé**
- **de percevoir son corps autrement**
- **d'harmoniser sa différence**
- **de prendre confiance en soi**
- **de prendre du plaisir au sein d'un groupe, au travers du mouvement dansé**

