

STAGE DE DANSE CREATIVE
AVEC GIUSEPPE STELLA

THEME : L'Effort et le Repos

La danse navigue entre effort et repos. Comme le jour et la nuit, le flux et le reflux, elle se nourrit de l'un et de l'autre, comme l'inspiration et l'expiration. Elle entre dans un rythme naturel et organique. Elle trouve son équilibre entre les différentes intensités de l'énergie (tension-relâchement).

L'effort peut être dosé, adapté et distribué dans les différentes parties du corps sollicitées. Il donne une couleur au mouvement, il marque les accents.

Le repos n'est pas immobile, il nous invite à nous relier à notre centre, à notre alignement et à notre perception interne et externe.

Samedi 21 et dimanche 22 mars 2020

Lieu : Salle de danse de l'Ilôt 13 (2^{ème} étage), rue de Montbrillant 14 à Genève (à 3 minutes de la gare)

Horaires : Samedi de 14h à 19h

Dimanche de 10 à 12h30 et de 14h à 16h30

Prix du stage : 150 frs le week-end /Une journée : 75 frs

Renseignements et inscription

sylvie.breu.peter@bluewin.ch ou 079 214-81-15 ou
giuseppestella2000@yahoo.fr