

# TRAININGS NOVEMBRE/ DÉCEMBRE 2013

- entraînements du danseur -

Certaines compagnies accueillent au SEPT CENT QUATRE VINGT TROIS partagent leurs échauffements selon les modalités qui leur conviennent.

## AMBITRIX

en résidence pour *Corps en chantier*

lundi 4, mardi 5 et mercredi 6 novembre, 10h-11h.

La pratique du Katsugen-Undo sera abordée; une discipline japonaise fondée par Haruchika Noguchi. Celle-ci vise à laisser s'exprimer le mouvement de manière spontanée, cherchant à suspendre momentanément l'activité du système moteur volontaire. Après une série de mouvements respiratoires visant à induire un état de non-faire, de non-penser, chacun(e) expérimentera le mouvement Katsugen, dont l'idée principale est de laisser l'organisme travailler tout seul. Les séances pourront être accompagnées par l'univers sonore de Pierre Stéphan.

## Cie MA2 - Nicolas Maloufi

en résidence pour *La Divine Comédie (titre en cours)*

mardi 12 novembre,  
10h-11h30 :

Dans un premier temps, la compagnie propose de pratiquer le Yoga Ashtanga Mysore (non dirigée) - pour ce premier temps il est préférable d'avoir une connaissance et/ou pratique régulière du yoga.

12h-14h :

Dans un second temps, la compagnie vous propose un atelier qui expérimentera les premières pistes de recherche à partir de *La Divine Comédie* et *Dante*.

Ceux qui ne participe pas au Mysore du matin peuvent venir à partir de 10h30 pour s'échauffer avant de commencer l'atelier dès 11h.

mercredi 13 novembre, 10h-11h30.

La compagnie vous propose la pratique du Yoga Ashtanga Mysore (non dirigée).

50 rue Fouré | 44 000  
NANTES  
+33 (0)2 51 84 10 83  
contact@783-nantes.com  
www.783-nantes.com

SEPT  
CENT  
QUATRE  
VINGT  
TROIS

## Cie Gioco cosî

en résidence pour *Mercredi*

lundi 18 novembre, 10h30-12h30.

Mené par Luisella Rimola :

Atelier d'expérimentation et de recherche autour de la relation danse / musique. L'écoute. La musicalité intrinsèque au geste, le geste musical, la musicalité d'un groupe en mouvement, accompagner un musicien, un danseur.

mardi 19 novembre, 10h30-12h30.

Mené par Loïc Perdrix :

Le corps sonore, l'écoute musicale d'un danseur.

mercredi 20 novembre, 10h30-12h30.

Mené par Maëva Truchot :

Atelier autour de l'écoute profonde de son geste ainsi que la recherche du geste sensuel, dans le sens d'un geste attaché aux plaisirs des sens.

## Cinedanse

en résidence pour *Origines*

lundi 9, mardi 10 et mercredi 11 décembre, 10h-11h.

Mené par Lola Keraly :

Sessions de Feldenkrais.

8€/jour (à payer à la compagnie présente) + adhésion à l'association LHAKSAM