



IMPROVISATION CONTACT IMPROVISATION

"Le contact improvisation (CI) pourrait se définir comme une danse-sport qui naît de l'écoute et du contact physique entre deux ou plusieurs partenaires; un jeu d'exploration gestuel et sensoriel qui s'invente à chaque instant, prend les qualités les plus variées, et demande à être vécu et partagé, tel un dialogue.

Née d'une exploration des forces physiques se jouant entre deux corps en mouvement, cette pratique peut devenir relativement physique. Elle puise alors sa force dans la finesse de nos perceptions et l'utilisation du momentum.

Proche des arts martiaux et des techniques d'éducation somatique, sa pratique régulière enrichit la conscience corporelle, relâche les tensions inutiles et donne confiance, force et stabilité au corps en mouvement.

Elle permet aussi de redécouvrir le goût du jeu et ouvre à un tout autre mode de communication." I.Uski

*Stages
Automne
2007*



Chorescence

Grenoble

Propositions autour de la pratique du Contact Improvisation