

PROGRAMME

2025-2026

3 STAGES THÉMATIQUES
À VALENCE (26)



1 LABO CRÉATIF
À BOFFRES (07)



2 STAGES POST-GRADUÉS
À BOFFRES (07)



avec

Martha RODEZNO

Sophie BOUQUEREL

Renseignements et inscriptions :

sophie.bouquerele@gmail.com ou almasdreamcie@gmail.com

3 STAGES THÉMATIQUES

À VALENCE (26)

Initiation à la fasciathérapie : Le potentiel du corps et du mouvement

L'exploration au cours de ces 3 stages sera concentrée autour de la découverte du corps et des fascias. Cette méthode est développée depuis les années 80 par le professeur Danis BOIS et son équipe. Elle place le corps et ses ressources perceptives au cœur de l'accompagnement de la personne. Elle s'inscrit dans le courant de la formation expérientielle.

A travers le toucher, le mouvement et la créativité de l'instant, nous irons à la rencontre de la profondeur corporelle et de son potentiel de libération. C'est à travers cette expérience que nous pourrons aborder les différentes facettes de l'être humain dans ses dimensions physiques, psychiques et existentielles.



"Je" est un autre ! Renouveler son potentiel d'improvisateur

Avec une performance publique

3 jours pour développer une connaissance fine du corps et de sa physiologie en lien avec le mouvement interne et les fascias. Enrichir les outils performatifs à partir d'une relation au corps plus subtile et plus profonde. Déployer sa posture de performeur dans l'acte improvisé (relation au public, à soi et à l'énergie créatrice). Nourrir sa réflexion sur la créativité et sa pratique de la composition instantanée ...



1 LABO CRÉATIF À BOFFRES (07)

2 STAGES POST-GRADUÉS

À BOFFRES (07)

Profondeur et amplitude du vivant

Ces 2 week-end seront l'occasion d'approfondir les bases données par le mouvement sensoriel et les fascias au service de l'acte poétique. Nous retraverserons tous les outils (toucher, mouvement, méditation, écriture, partitions dansées, ...) pour aller vers l'acte improvisé, sans rien perdre de la profondeur ressentie.

L'exploration proposée cherchera à élargir la palette de l'improvisateur et à ancrer sa présence dans l'immensité de l'instant présent. Il s'agira tout simplement de laisser vivre l'être que nous sommes au contact de notre vulnérabilité créatrice.



DATES ET INFOS

Initiation à la fasciathérapie Le potentiel du corps et du mouvement

06 et 07 décembre 2025 : Attention et intention : le mouvement dans tous ses états
24 et 25 janvier 2026 : Toucher et être touché : de la peau au regard
14 et 15 mars 2026 : Être et laisser être : improviser à partir de la profondeur du vivant

HORAIRES : samedi 10h30 /18h et dimanche 9h30 /17h
LIEU : 17b rue Racine - 26 000 VALENCE

TARIF : Chaque stage peut être suivi séparément.
Tarif dégressif : 1 stage -> 230€ / 2 stages -> 420€ / 3 stage → 600 €

PRÉ-REQUIS : Aucun pré-requis nécessaire, si ce n'est d'avoir une curiosité pour le corps, le mouvement et l'improvisation, art de l'instant présent.

Labo créatif : Renouveler son potentiel d'improvisateur

08, 09 et 10 mai 2026 : "Je" est un autre !

HORAIRES : Vendredi : 16h/20h Samedi : 10h/18h Dimanche : 09h/16h
LIEU : Gîte l'Envolée - 205 chemin des Perrets - 07440 BOFFRES
Accessible en bus depuis la gare de Valence Ville - <https://lenvolee-association.fr/>

TARIF : 260 euro (hébergement inclus - 2 nuits)
L'alimentation reste à la charge des stagiaires (cuisine équipée sur place)

PRÉ-REQUIS : Aucun pré-requis nécessaire, si ce n'est d'avoir une curiosité pour le corps, le mouvement et l'improvisation, art de l'instant présent.

Stages Post-gradués : Profondeur et amplitude du vivant

21, 22, 23 novembre 2025
17, 18, 19 avril 2026

HORAIRES : Vendredi : 16h/20h Samedi : 10h/18h Dimanche : 09h/16h
LIEU : Gîte l'Envolée - 205 chemin des Perrets - 07440 BOFFRES
Accessible en bus depuis la gare de Valence Ville - <https://lenvolee-association.fr/>

TARIF : 260 euro (hébergement inclus - 2 nuits)
L'alimentation reste à la charge des stagiaires (cuisine équipée sur place)

PRÉ-REQUIS : Avoir suivi une formation longue (ou être en cours de formation) avec Martha

INSCRIPTIONS

Modalités d'inscription :

Pour s'inscrire à l'une ou l'autre des sessions, il est nécessaire d'envoyer un chèque d'arrhes de 80 euro libellé à l'ordre d' Almasdream à l'adresse suivante :

Martha RODEZNO - 7 rue Saint-Exupery - 07500 GUILHERAND-GRANGES

Renseignements

Martha 06.10.46.35.78 - almasdreamcie@gmail.com

Sophie 07.81.56.41.46 - sophiebouquerel@gmail.com

ET AUSSI

Si vous êtes intéressé.e.s par les formations longues :
Infos sur <https://www.martharodezno.com/formations>

LES INTERVENANTES



Martha RODEZNO

Danseuse, chorégraphe, improvisatrice,
pédagogue du mouvement

www.martharodezno.com

06.10.46.35.78 - almasdreamcie@gmail.com



Sophie BOUQUEREL

Pédagogue de la perception, prof'errante,
mélangeuse de mots et d'idées

www.sophiebouquerel.fr

07.81.56.41.46 - sophie.bouquerel@gmail.com