

Fascia, Méditation et Danse.

Cursus 2023/2024 - Paris 11^{ème} -

Cette formation permet d'apprendre les fondamentaux de la fasciathérapie, de la méditation, de la gymnastique sensorielle® et de la danse organique. Elle permet d'acquérir les compétences nécessaires pour animer une séance individuelle ou un groupe. (Inutile de « savoir danser » pour accéder à cette formation.)

À qui s'adresse cette formation ?

Aux personnes intéressées par le domaine du corps et du mouvement : danseurs, praticiens de méthodes corporelles, pratiquants d'art et de techniques en mouvement et qui souhaitent retransmettre les connaissances et pratiques acquises durant ce cursus.

Dates 1^{ère} année : Les samedis et dimanches 2023 : 28 et 29/01 ; 18 et 19/03, 20 et 21/05 et 16 et 17/09, 25 et 26/11/ 2023

Objectifs de ce cursus :

- Apprendre les bases de la fasciathérapie et de la tenségrité appliquée à l'ancrage, à la respiration, à la colonne vertébrale et aux viscères.
- Savoir pratiquer la méditation pour développer le ressenti du mouvement interne.
- Connaitre l'accordage respiratoire .
- Développer l'improvisation guidée par son intériorité en mouvement.
- Habiter la créativité et accéder à des ressources de vitalité.
- Danser pour un ajustement sensible de soi.

Tarif : 260 € chaque stage de 2 jours. Comportant 1 RDV par zoom entre chaque stage avec Martha et/ ou Nadine + Frais d'inscription : 50 euros.

Détails du cursus, renseignements et inscription : www.nadine-quere.com et



Cursus animé par :

Martha Rodezno, danseuse, interprète, enseignante, thérapeute. Spécialisée en pédagogie de la perception et l'art du mouvement. Sa recherche artistique s'appuie sur le lien entre la danse et le mouvement sensoriel intérieur.

Et **Nadine Quéré**, kiné, fasciathérapeute, praticienne, enseignante, spécialisée dans le tissu conjonctif (fascia), la pédagogie du mouvement et la méditation. Auteurs d'articles sur les fascias et la place du corps dans les processus de transformation.

Nous sommes heureuses de vous offrir ce cursus alliant santé, intériorité et danse, fruit de nos 35 années d'expérience.

Fascia, Méditation et Danse.

Cursus 2023/2024 - Paris 11^{ème} -

Cette formation permet d'apprendre les fondamentaux de la fasciathérapie, de la méditation, de la gymnastique sensorielle® et de la danse organique. Elle permet d'acquérir les compétences nécessaires pour animer une séance individuelle ou un groupe. (Inutile de « savoir danser » pour accéder à cette formation.)

À qui s'adresse cette formation ?

Aux personnes intéressées par le domaine du corps et du mouvement : danseurs, praticiens de méthodes corporelles, pratiquants d'art et de techniques en mouvement et qui souhaitent retransmettre les connaissances et pratiques acquises durant ce cursus.

Dates 1^{ère} année : Les samedis et dimanches 2023 : 28 et 29/01 ; 18 et 19/03, 20 et 21/05 et 16 et 17/09, 25 et 26/11/ 2023

Objectifs de ce cursus :

- Apprendre les bases de la fasciathérapie et de la tenségrité appliquée à l'ancrage, à la respiration, à la colonne vertébrale et aux viscères.
- Savoir pratiquer la méditation pour développer le ressenti du mouvement interne.
- Connaitre l'accordage respiratoire .
- Développer l'improvisation guidée par son intériorité en mouvement.
- Habiter la créativité et accéder à des ressources de vitalité.
- Danser pour un ajustement sensible de soi.

Tarif : 260 € chaque stage de 2 jours. Comportant 1 RDV par zoom entre chaque stage avec Martha et/ ou Nadine + Frais d'inscription : 50 euros.

Détails du cursus, renseignements et inscription : www.nadine-quere.com et



Cursus animé par :

Martha Rodezno, danseuse, interprète, enseignante, thérapeute. Spécialisée en pédagogie de la perception et l'art du mouvement. Sa recherche artistique s'appuie sur le lien entre la danse et le mouvement sensoriel intérieur.

Et **Nadine Quéré**, kiné, fasciathérapeute, praticienne, enseignante, spécialisée dans le tissu conjonctif (fascia), la pédagogie du mouvement et la méditation. Auteurs d'articles sur les fascias et la place du corps dans les processus de transformation.

Nous sommes heureuses de vous offrir ce cursus alliant santé, intériorité et danse, fruit de nos 35 années d'expérience.