



**Danse**  
**Contemporaine**

avec

**Valérie SEYVET**

**ATELIER ADULTES**

*niveau*

*débutant/intermédiaire*

**les mardis**  
**de 19h à 20h30**

début des cours :  
**mardi 12 sept. 2023**  
*cours d'essai gratuit*

**375€ l'année (30 cours)**  
*+ 15€ adhésion « l'atelier du soi »*

**RENSEIGNEMENTS**

**06 37 25 37 41**

**seyvetvalerie@gmail.com**

**www.valerieseyvet.com**

# COURS/ATELIERS DE DANSE CONTEMPORAINE

*Mon travail s'articule autour de l'architecture dynamique des corps en mouvement, du potentiel de créativité de chacun, du développement de la présence (à soi, aux autres, au public).*

## Contenu :

Eveil corporel, échauffement :

*perception de l'architecture dynamique du corps, circulation de l'énergie, respiration, liberté articulaire, étirements...*

Notions fondamentales :

*appuis, équilibre/déséquilibre, poids...*

Enchaînements dansés :

*qualités, énergies, rapport à l'espace, au temps, interprétation, relation aux autres...*

Expérimentation, improvisation, création, composition :

*en solo, duo, groupes*

**ces cours/ateliers s'adressent à des adultes souhaitant s'engager dans une pratique « sensible » de la danse contemporaine**

30 séances de sept à juin, hors vacances scolaires

## Valérie Seyvet

**Danseuse professionnelle** cie Minuscropik « arts et tout-petits »  
**Professeur de danse contemporaine diplômée d'Etat** depuis 1996 : j'enseigne auprès de différents publics amateurs et professionnels (enfants, ados, adultes) et en milieu scolaire. J'ai enseigné et mis en scène les spectacles de l'école du cirque Les Pieds en l'Air pendant 10 ans.



**Conseil artistique** : à la demande d'artistes, j'apporte un regard extérieur lors du processus de création de spectacles.

**Praticienne en TUINA**, massage traditionnel chinois pendant 12 ans. Pratique régulière du Qi Gong et de la méditation.

## RENSEIGNEMENTS :

06 37 25 37 41 / [seyvetvalerie@gmail.com](mailto:seyvetvalerie@gmail.com) / [www.valerieseyvet.com](http://www.valerieseyvet.com)  
association l'Atelier du Soj, 84110 Vaison la Romaine