

IMPROVIS'in TANGO

Stage intensif Tango Argentin & 2 bals ouverts à tod@s

Par Nathalie Mann, avec la participation de Cha Ricordeau et Christine Delafoulhouze.



Du 25 avril au 1er mai 2023

à Labatut, 111 route de Puymaurin, 31230 L'isle en Dodon

Le tango argentin est une **danse d'improvisation** sensible et sensuelle, l'art de «marcher enlacés sur la musique».

C'est un **dialogue corporel** qui a sa grammaire et son vocabulaire.

Danser le tango argentin, c'est inventer une nouvelle histoire à chaque rencontre.

Ce stage intensif de 6 jours est un voyage. C'est une **plongée dans la conscience corporelle**, qui émerge vers l'**écriture improvisée d'une histoire sans mots**: une promenade **en connexion à soi, à l'autre et à l'environnement**.

Les pratiques somatiques nous apprennent comment notre corps fonctionne pour commencer à collaborer avec lui. En explorant le potentiel de nos présences, nous trouvons du **confort** dans la façon d'habiter nos volumes, de la **clarté** dans le dessin de nos segments et de la **fluidité** dans l'émergence de la colonne souple. Les spirales du corps s'expriment alors librement, depuis un ancrage naturel et la puissance libérée par la modulation du tonus: les pivots se font «tout seuls», les voleos jaillissent du sol !

Les outils de composition instantanée nous permettent d'investir notre espace de sécurité, d'éveiller le goût de la surprise et du jeu, et en expérimentant la liberté d'être, d'engager notre personnalité tout entière dans une connexion qui nourrit nos élans de partage et de liberté !

En affinant la subtilité de l'écoute et la clarté de la communication, nous pouvons engager notre sensorialité dans un Abrazo doux et habité, et jouer avec nuances de nos axes en équilibres et déséquilibres: let's play tango !



Pour leurs apports éclairés à cette démarche, interviendront

Christine Delafoulhouze: nous guider dans les subtilités de la respiration consciente, et accompagner le groupe et les personnes dans nos transformations. Christine danse, elle est thérapeute et praticienne de rebirth.

Cha Ricordeau: expérimenter et jouer des outils de "composition instantanée". Cha est performeuse, danseuse, artiste pluridisciplinaire du spectacle vibrant.



POUR QUI?

Ce stage est destiné aux danseur.euses en recherche personnelle d'autonomie dans la façon d'apprendre et pratiquer la danse depuis l'intelligence somatique: celle du corps vécu, ressenti et subjectif. Et parce que c'est important pour pouvoir guider, de sentir ce que l'on cherche à communiquer (et vice-versa), chacun.e sera invité.e à pratiquer les 2 rôles: celui de leader, et celui de follower. Les places sont limitées à 16 personnes pour le stage.

DE QUOI AI-JE BESOIN POUR PARTICIPER ?

De mon envie de jouer, de ma curiosité et de mon ouverture, dans le respect de mes limites du moment.

Prenez des chaussettes et chaussons/chaussures souples, et vos chaussures de danse si vous en avez. Des tenues confortables et ajustables aux changements de température et un maillot de bain Prévoyez un plaid pour vous couvrir et un tapis de yoga si vous en avez un.



** ** ** **

A PROPOS

Nathalie Mann, éducatrice somatique formée au Body Mind Centering développe une pédagogie sensible et ludique.

Danseuse, pédagogue et voyageuse à plein temps, elle ouvre des espaces d'expérimentation à la croisée de la danse, de la communication et des pratiques somatiques.

[TangOdyssee: le voyage singulier de la marche au tango.](#)

** ** ** **

HÉBERGEMENT

13€/nuit en tentes équipées du lieu - 16€/nuit en chambre de 2 ou 3.

- supplément chauffage si besoin 5€/nuit -

Apportez duvets ou draps, et serviettes de toilette (location en supplément: 5€ pour le séjour)

REPAS

Les 5 repas du midi sont préparés par notre hôte: 50€

Les repas du soir sont autogérés. Chacun apporte de quoi préparer son petit déjeuner et les ingrédients pour co-créer en équipes de 3-4 personnes un repas du soir pour le groupe.

(Commerces, marchés et producteurs à proximité)

HORAIRES

Début du stage mardi 25 avril à 19h30, accueil et collation à partir de 17h.

matinées: 10h-12h30

après-midi: 15h-17h30

soirées: 20h-22h (sauf vendredi et dimanche: chill out!)

Fin du stage lundi 1er mai à 13h, repas et rangement.

Bals ouverts aux danseurs locaux: **Mélonga Tango-Contact** samedi 29/04: 20h-23h
Milonga Tango Argentin dimanche 30/04: 16h-19h

TARIFS

Stage: 420€/360€ (normal/solidaire)

Et pour que l'argent ne soit pas un frein à votre participation, contactez-moi!

LIEU/ACCÈS

Labatut, 111 route de Puymaurin, 31230 L'isle en Dodon

Transports en commun depuis Toulouse (365) / Saint Gaudens (342) jusqu'à L'isle-en-Dodon (mairie), puis 5 minutes de voiture: document en ligne pour le covoiturage.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

Nathalie Mann: 06 03 28 70 64 / nat@tangodyssee.com

Formulaire en ligne: [INSCRIPTION](#)