

# Contact impro

et pratiques associées

Grenoble



1001spirales.org

## Les Rendez-vous des 1001 Spirales

2017

25 & 26 nov.	Évènement	"Grenoble Invite Paris"
17 décembre	Atelier pré-jam	"Fight Contact Club" Laurent CHANEL
31 décembre	Évènement	"Jam du Nouvel An"
28 janvier	Atelier pré-jam	"Retrouver nos coussinets !" Laurence ROY
17 & 18 février	Stage	"À l'écoute" Emma. PÉPIN & LÊ QUAN Ninh
17 & 18 mars	Stage	"Suspendre en action" Matthieu GAUDEAU
22 avril	Atelier pré-jam	"Improviser votre chemin d'aisance" J. STOLLER
19, 20, 21 mai	Stage	"La frontière fantôme" Chen SHERWOOD
10 juin	Atelier pré-jam	"Incorporer, improviser" Anne EXPERT
9 > 15 juillet	Évènement	"Festival des 1001"

2018

## Jams et cours réguliers

### JAMS

Un espace-temps, non guidé, dédié à la pratique collective de l'improvisation et du contact improvisation. Une équipe de bénévoles est là pour vous accueillir, chaque dimanche !

À la MJC des Allobroges  
PAF : Adh. ponctuelle ou  
Adh. annuelle + forfait  
(32€)

tous les  
dimanches  
18h30

### CONTACT IMPROVISATION

La thématique développée cette année « À corps et à saisons » est autour de trois grands axes saisonniers (un axe par trimestre) : l'automne (terre, sol, feuilles, poumons, dépôt), puis l'hiver (eau, verticalité, graine, reins, intériorité) et enfin le printemps (air, dynamisme, sève, foie, régénération).

**Bastien AUBER**  
Au Lycée Stendhal  
PAF : Essai 5€, forfait  
trimestriel ou annuel  
bastienauber@yahoo.fr  
06.09.17.48.22

tous les  
mercredis  
19h

### MOUVEMENT AUTHENTIQUE

A la croisée de la danse, du mouvement, de la psychanalyse jungienne, des pratiques méditatives et attentionnelles, le mouvement authentique nous invite à cultiver notre attention, ainsi qu'une douce curiosité envers nos expériences.

**Aline FAYARD**  
Au Jardin & Mouvement  
PAF : Cours à l'unité,  
forfait 6 ou 9 ateliers  
alinefayard@gresille.org  
06.80.18.84.30

un  
samedi  
par mois

# Évènements

## GRENOBLE INVITE PARIS PAF : 35€

25, 26  
Nov.

Une envie de tisser des liens avec nos amis parisiens : se rencontrer, partager nos expériences et surtout danser! Des ateliers et des labs seront co-animés par des intervenants des deux communautés.

À noter : une soirée SOÏP organisée par Chorescence le vendredi 24.

## JAM DU NOUVEL AN En partenariat avec Chorescence PAF : 15€ sur Chorescence.org

31  
Déc.

Cette année la jam sera masquée !

Des mises en corps seront proposées par Anne EXPERT, Geneviève CRON et Bastien AUBER, un habillage poétique de la salle par Sabine VALIN et une musique de Dominique PERIA et Stéphanie BERTRAND

# Stages

3 stages pour rentrer en profondeur dans les univers proposés

## "A L'ÉCOUTE" EMMANUEL PÉPIN & LÊ QUAN NINH

Ce stage nous amènera à une écoute fine de ce qui nous entoure et ce qui se meut en nous. Tous ces silences qui font exister le son. Tous ces sons, ces vibrations, qui résonnent en nous et viennent du monde.

## "SUSPENDRE EN ACTION" MATTHIEU GAUDEAU

Ce temps de suspension, dans lequel nous sommes organisés dans l'instant par rapport à notre support mais aussi à la gravité et comment nous vivons notre verticalité au travers du tonus. Et c'est justement avec ce tonus que nous dialoguons en CI et à travers lui que nous chutons...

## "LA FRONTIÈRE FANTÔME" SHERWOOD CHEN

En déployant la recherche sensorielle (individuelle, en groupe et à deux), et des partitions d'improvisation, nous allons jouer avec les frontières fantômes du toucher, de la mémoire, des sens et du travail de l'imaginaire.

# Adhésions, Réservations, Lieu

Réservations et infos : [1001spirales.org](http://1001spirales.org)

L'adhésion est obligatoire pour participer aux activités :

Adhésion ponctuelle de 1€ ou adh. membre acteur/actrice à partir de 10€

Les événements, stages et ateliers pré-jam ont lieu à la MJC des Allobrogues

# Ateliers pré-jam

5 dimanches de 15h à 18h pour goûter à la diversité de la pratique PAF : 17€ en ligne 19€ sur place

## "FIGHT CONTACT CLUB" LAURENT CHANEL



Un training, nommé Fight Contact Club pour jouer au corps sismique. Un art de l'adaptation, d'un corps détendu, alerte et fluide. Chausser ses pantoufles dans l'adversité et invoquer la gravité. De la bagarre pour de faux, de la danse pour de vrai.

17  
Déc.

## "RETROUVER NOS COUSSINETS!" LAURENCE ROY



Ces zones ultra-sensibles de nos mains et de nos pieds nous offrent une connexion particulière avec l'environnement et les autres corps. Nous explorerons comment nos coussinets sensibilisent notre danse jusque dans les portés...

28  
Janv.

## "IMPROVISER NOTRE CHEMIN D'AISANCE" J. STOLLER



De la tête aux orteils, des centaines d'articulations, une personne avec toutes ses facettes en contact avec d'autres et leurs propres facettes et sa manière d'interagir avec le monde.

22  
Avril

## "INCORPORER, IMPROVISER" ANNE EXPERT



Habiter nos sensations, notre relation au support de la terre, s'engager dans l'écoute dans le point de contact, approfondir des accordages vivants entre nos matières, et laisser la danse s'inviter.

10  
Juin

17, 18  
Fév.

17, 18  
Mars

19 > 21  
Mai