



# SENSORIELLES

## MOUVEMENTS, FASCIAS ET DANSES ORIENTALES

### CYCLE DE STAGES 2026

Marité Carton, fasciathérapeute et Laurie Billotet, enseignante-danseuse .

4 Janvier et 26 Avril

Horaires journée : 9h30-12h30 / 13h30 -16h30

Journée : 60€/50€\*  
Encaissement après chaque stage



Activer l'axe vertical  
dans les 6  
orientations.

Faire évoluer en  
mouvement une  
posture globale :  
couché, assis et  
debout.

Développer sa  
perception de l'espace  
et du temps pour mieux se  
situer, coordonner les  
vitesses et les rythmes.

## Les apports de la conscience sensorielle

Explorer de  
nouvelles sensations  
dans la gestuelle, et  
harmoniser les zones  
de fluidité et de  
tension.

S'adapter au contact avec  
l'autre: découvrir le  
toucher relationnel,  
moduler la distance à  
l'autre et à son  
environnement.

Expérimenter son potentiel créatif  
en ressentant son mouvement  
spontané pour exprimer ses  
impulsions internes par la  
gestuelle.



# SENSORIELLES

## *L'organicité dans les danses orientales*

Par l'intégration progressive des outils issus de la fasciathérapie nous travaillerons l'improvisation, la spontanéité, la créativité, la rythmique en danses orientales puis approfondirons des répertoires particuliers.

C'est un cycle pour trouver de nouvelles ressources et s'assurer une qualité de lien à soi qui s'appuie sur le mouvement qui vient, plutôt que de le forcer 'pour faire' à tout prix.

Ces propositions nous rapprochent d'une danse organique, habitée, voir une manière d'être. Elles nous invitent à incarner une interprétation stylistique, tout en intensifiant la qualité et à la forme du Mouvement.



## *Percevoir avec tout le corps les saveurs et couleurs du mouvement*

Une série de stages pour développer votre sensorialité depuis les outils de la fasciathérapie.

Des propositions en résonances pour soutenir une présence puissante dans une connexion aux autres confiante et joyeuse.

Par ces stages nous proposons une rencontre entre nos possibilités physiologiques et notre conscience perceptive.

Une invitation à vivre sa maison-corps comme le lieu délicieux qu'elle peut-être!