



Coopérative Culturelle & Créative

CULTIVER LES VISIONS, UNE IMMERSION DANS LE CONTACT IMPROVISATION ET LA PERFORMANCE

Dates : Du 14/10/24 au 18/10/24

Durée : 35h

Lieu : CAEN

Formatrices : Mathilde MONFREUX & Anne-Gaëlle Thiriot

Mise à jour : janv 24

Cette formation est un laboratoire et le partage d'une recherche artistique, pour aborder des postures intérieures diverses — contemplatives, immersives, données à voir.

Ensemble, cultiver le goût de la plongée somatique pour mettre en dialogue nos masses, les orienter dans l'espace et converser à plusieurs à travers lui, créer un dialogue liquide entre tous nos sens.

De ce « regard aveugle », nous aiguïserons notre attention pour développer un sens de la composition et retrouver la vision, sa capacité à choisir, et ainsi réveiller nos désirs esthétiques. Nous viendrons converser entre plusieurs techniques et esthétiques de l'improvisation et de la notion de performance.

Quels registres d'activités et de situations avons-nous envie de faire émerger en tant que performeur.se. Tâches ? Danse ? Action ? Comment cultiver les visions, additionner les notions de désir, de jeu, et de construction collective à partir d'un 'espace fluide' ?

PUBLIC CIBLE

Danseurs et danseuses, artistes dramatiques, circassiens et circassiennes et tout.e artiste souhaitant engager son corps dans le lien à soi, à l'autre et à l'espace.

PRÉ REQUIS

Pas de prérequis techniques mais un goût pour la relation et l'utilisation du toucher dans la danse

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- S'initier et approfondir les compétences du contact improvisation
- Approfondir la connaissance des outils somatiques pour danser et bouger tout en étant en lien avec les organes, les fluides, le squelette, la respiration.
- Jouer de ses sensations corporelles dans l'espace de soi, de la relation à l'autre, et de l'espace.
- Appréhender avec fluidité la transition yeux fermés/yeux ouverts sans perdre le contact avec l'autre, avec l'environnement, avec soi.
- Aborder la composition par le regard.
- Aborder la composition en lien avec des partis pris esthétiques et dramaturgiques.
- Jouer des frottements entre danse/action/tâche...
- Inventer d'autres lexiques

CONTENU

Cette formation propose un apprentissage par des cadres d'expérimentation et de transmission de la pratique du contact-improvisation et de la danse improvisée jusqu'à la notion de performance en explorant plusieurs types d'écriture.

Ces écritures sont de natures différentes : « matières chorégraphiques », techniques et principes physiques organisés dans l'espace (ex : contre-poids, chutes, portés), partitions. Cette manière d'approcher l'écriture en temps réel sera soutenue par des échauffements influencés par les pratiques somatiques (feldenkraiss en particulier, contact improvisation, mouvement authentique, body mind centering).

Mathilde Monfreux et Anne Gaëlle Thiriot proposent, dans leur pédagogie et la démarche artistique partagée, un travail en lien avec des objets, des matières, permettant l'apprentissage et facilitant l'abandon du corps tout en soutenant la relation avec l'espace et le temps.

Tous les jours, la question du témoin sera aussi abordée.

En matinée : préparation du corps et de la danse

- Maîtriser les techniques liées au contact-improvisation, aux pratiques somatiques (body mind centering, mouvement authentique feldenkraiss).
- Rencontrer son corps dans tous ses possibles, mise en éveil et en relations/dialogue.
- Explorer différentes postures et relation à la vision (ex : yeux fermés/ouverts).
- Observer, sentir, toucher, écouter son corps, l'Autre et l'espace par différents axes/thèmes du contact-

Les échauffements équilibreront des périodes de pratique seul.e, en duo, ou en groupe, et des moments de partage réflexif, à 2, ou à plusieurs en grand cercle.

Jour 1 / Le contact avec soi, le sol comme premier partenaire, les appuis.

Notion d'écoute et de contact sans passer par l'épiderme. Solo et duo. Le toucher à distance,

Jour 2 / Étudier les intentions du toucher. La masse et la peau en relation avec les partenaires et les objets. Solo/ duos/ Groupe..

Jour 3 / Le squelette. Architecture, structure et appui entre les corps. Entrer dans l'espace, et composer avec les objets. Petits groupes et grands groupes.

Jour 4 / Vers une dynamique performative : choix, écriture en temps réel.

Vers une dynamique de sauts : la masse, le squelette. Entrer dans l'espace en maintenant un engagement physique et une composition d'espace.

Jour 5 / Travail sur les appuis (centre et extrémité). Du solo au quintette.

Les après-midi : Mise en pratique et travail de la performance.

- Un des apprentissages principal viendra s'orienter sur l'objectif d'être vu.e, donc d'interroger ce qui est donner à voir ?
- S'interroger sur le cadre de représentation : spectacle, expérience participative ou immersive, quelle place pour le public ? Quel lien, et quel dispositif d'expérience est proposé au spectateur ? (S'interroger sur l'opportunité de créer du lien avec le ou la spectateur-ice
- Aborder dans un même espace de représentation la danse et 'des tâches plus fonctionnelles', la danse, et 'les activités'.
- Apprendre comment cultiver les visions, les esthétiques et le jeu de l'improvisation.

En groupe, et forts des méthodes et techniques découvertes en matinée, les stagiaires étireront les outils de manière compositionnelle et personnelle, par des tentatives et des explorations, en jouant entre le dedans et le dehors.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

La formation aura lieu en présentiel, dans les locaux du Centre Chorégraphique National de Caen.

Les méthodes utilisées alterneront entre la méthode participative et la méthode active, bien que cette dernière soit prédominante. Les stagiaires seront invités à mettre immédiatement en pratique, à expérimenter et éprouver les techniques abordées.

D'autant plus que le développement, le contenu, et les niveaux d'explorations des thèmes sont intrinsèquement liés au groupe, à sa nature, en se modelant pour/avec lui et l'individu.

MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

Distribution au préalable d'un document de présentation : la formation, son contenu, son organisation, son planning, ses intervenantes.

Divers objets : petits ballons de pilates, des grands tissu lycra, -Écoute audio et lecture de texte de chorégraphes.

Extraits vidéo (d'interview ou d'image en rapport avec la danse contact-impro).

Bibliographie.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation au cours de la formation.

Bilan collectif oral à la fin de chaque journée et le dernier jour du stage. L'écoute de ce que les stagiaires témoignent dans leur pratique :

- Exécution technique (ex : contrepoids, point de contact, point d'appuis, spirales)
- Capacité à danser les yeux fermés.
- Capacité à faire des choix d'écriture en temps réel.
- Capacité à témoigner de son expérience intérieure et de son expérience d'apprentissage.

Questionnaire/bilan écrit à remplir par les stagiaires en fin de stage. Bilan oral et écrit entre intervenantes.
Une attestation de formation sera fournie en fin de stage.

DURÉE, HORAIRES ET LIEU DE LA FORMATION

Durée : 5 jours

Horaires : de 09h30 à 18h00 (horaires quotidiens susceptibles d'être modifiés d'une demi- heure).

Lieu : CCNCN, Halle aux granges 11-13 rue du Carel, 14000 CAEN

TARIFS DE LA FORMATION

Prise en charge du coût pédagogique AFDAS : 1 050,00 € euros HT

Si vous êtes salarié (y compris intermittent du spectacle), votre organisme de financement de la formation professionnelle (AFDAS, UNIFORMATION...) peut prendre en charge le coût global à travers différents programmes (Plan de Formation de l'Entreprise, Plan de Formation des Intermittents, CFP, CFP de transition...).

Consultez notre page « financer sa formation » pour plus d'informations => <https://www.illusion-macadam.coop/formation/financer-sa-formation>

Les dispositifs sont nombreux et complexes. Contactez-nous afin que l'on étudie votre situation particulière et que l'on vous indique les démarches à effectuer.

Nos formations sont accessibles à tous.

Si vous avez besoin d'un aménagement spécifique, vous pouvez contacter notre référente handicap qui organisera un entretien personnalisé, afin d'étudier votre projet de formation et les aménagements qui pourraient, dans la mesure du possible, être mis en place. Contacter notre référente handicap, Fanny Chaze au 04 67 84 29 89 ou fchaze@illusion-macadam.fr

Stage ouvert aux personnes non afdas à partir d'un certain nombre d'inscrits. Coût de la formation - non AFDAS = 360 euros

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS À LA FORMATION

L'effectif de cette formation est limité à 20 personnes

L'inscription se fait suite à la réception d'un dossier complet, comprenant fiche d'inscription, convention de formation signée, accord de financement (devis signé ou accord de prise en charge).

La date limite d'inscription a lieu 2 semaines avant le début de la formation.

Pour plus d'information, contacter le service formation au 04 67 84 29 89 ou par mail formation@illusion-macadam.fr

FORMATRICES

Mathilde Monfreux crée la compagnie Des Corps Parlants à Marseille en 2009 où elle décline un travail alliant performance, improvisation et écriture de pièce in situ (plateau de théâtre, sites spécifiques, paysages extérieurs). Elle met en relation corps, contextes, objets et voix et développe une démarche basée sur un corps organique et sur une écriture de corps-à-corps.

Depuis 20 ans Mathilde dialogue avec le contact-improvisation. Elle l'enseigne, et se passionne pour mettre sa recherche en relation avec des thèmes spécifiques (féministes, plastiques, littéraires), des médiums différents, dans des contextes de création ou de recherche assez divers. Elle s'est aussi fortement nourrie de disciplines somatiques.

Elle intervient auprès d'étudiants en art et tout type d'autres personnes et collabore avec des circassiens (notamment Fanny Soriano, Cie Libertivore, de 2015 à 2021), des plasticiens (Elizabeth Saint-Jalmes de 2008 à 2016) et de nombreux

performeurs et improvisateurs dont récemment Céline Larrère (Cie Morula), Robin Decourcy (Trek Danse – Cie Avaleur), Caroline Boillet, Laura Hicks.

www.mathildemonfreux.com

Danseuse, enseignante et chorégraphe, **Anne-Gaëlle Thiriot** navigue depuis le début des années 2000 entre la danse contemporaine et le Contact Improvisation, et leurs nombreux affluents : chorégraphiques, performatifs, somatiques, communautaires.

Son parcours dansé s'est développé en Italie de 2003 à 2007 avec les compagnies Vi-Kap et Michal Mualem & Giannalberto De Filippis (Sasha Waltz & Guests), puis au Royaume Uni où elle s'est diplômée du conservatoire Trinity Laban et a collaboré entre autres avec Glyndebourne Opera, Simonetta Alessandri, Annie Lok, Lisa-May Thomas, Rick Nodine, Candoco Dance Company, et les collectifs Tadam, the Latecomers et Exit Map, dont elle a été chaque fois un membre principal.

Assistante chorégraphe sur plusieurs projets à grande échelle pour 100 à 200 performers à Londres (pour Salder's Wells / Dance United, Hofesh Schechter et Candoco Dance Company), elle a aussi enseigné au long cours pour Candoco et les Universités de Roehampton et Winchester. Son écriture personnelle cherche à révéler la création de communs et de différences, accueille ou crée de l'aléatoire tout en cultivant l'espace et une manière de travailler sur site entre fonctionnel et sensible.

Illusion & macadam vous accompagne dans votre parcours de formation

Vos référents :

Fanny Chaze – Référente pédagogique / Suivi entreprise / Référente Qualité / Référente Handicap

Suzana Dukic, Claire Videau, Marion Tostain - Référentes pédagogiques et administratives

Jordi Castellano – Référent Égalité professionnelle Femme/Homme et Développement Durable

Tel : 04 67 84 29 89

Mail : formation@illusion-macadam.fr