## LA MARCHE HUMAINE

**Théâtre** 



10 Nov 2024



10h30-12h30 / 14h-17h



Théâtre Spirale

Site de l'écocentre Pierre & Terre Route de Saint-Mont 32400 RISCLE



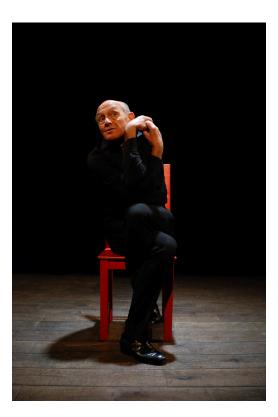
07.44.53.40.39



spiraleahistoires@laposte.net



http://www.spiraleahistoires.com



## « La marche humaine »

La marche est devenue une petite chose à laquelle plus personne ne prête attention. Et pourtant... n'est-elle pas le reflet intime de la personne, et pour l'acteur, un lieu de construction du personnage, de parfum de ses états?

Ce stage permettra d'apporter un éclairage particulier sur cette action simple et complexe à la fois qu'est la marche humaine.

- > Découverte de sa propre marche (tendances personnelles).
- > Économie et « écologie » de la marche : le libre jeu des articulations. L'image de soi.
- > La marche et les fondamentaux du corps : les mises en jeu profondes du corps (respiration, tonus, équilibre, coordination...).
- > La marche et le regard



Naraha at ará ativitá
> Marche et créativité
Et nous trouverons ensemble d'autres manières de faire tourner la terre sous nos pieds.

