

EQUILIBRE

Stage de Danse des 5 Rythmes à Paris au studio du Regard du Cygne

Niveau Wave et Heartbeat®

Equilibre/Déséquilibre

Comment se familiariser avec le déséquilibre ? Comment l'accepter et le transformer en danse créative ?

Découvrir à quel point le déséquilibre permet les découvertes? Comment la danse entre équilibre et déséquilibre offre des possibilités créatrices insoupçonnées ?

Se donner l'espace et le temps d'expérimenter, d'accompagner le corps en mouvement dans cette danse entre incertitude et découvertes.

C'est un véritable laboratoire de notre relation à la vie qu'il est possible d'explorer à travers cette pratique de danse. Faites le premier pas !

Ce stage s'adresse à des personnes ayant déjà eu une approche d'une pratique de danse libre.

Il compte comme pré-requis dans la formation de professeur de danse des 5 Rythmes®.



Marc Silvestre est professeur accrédité de danse des 5 Rythmes niveau Wave® et Heartbeat® et coach certifié.

Danse : Après des années de pratique d'arts martiaux, Marc commence à danser en 1995. Il participe à de nombreuses performances

de danses contemporaines. En 2002 il découvre la danse des 5 Rythmes. En 2010-11, il se forme avec Gabrielle Roth et son équipe aux Etats-Unis. Depuis il propose des cours et des stages en France, Suisse, Belgique, Lituanie...

Coaching : certifié coach professionnel
Marc propose, lors de séances individuelles ou en entreprise, un accompagnement à travers le corps et le mouvement.



Informations et inscriptions

Dates : stage 9 et 10 décembre 2023

Samedi 11H/17H30

Dimanche 11H/17H

lieu : Studio du Regard du Cygne

210 Rue de Belleville

75020 Paris

Tarif stage : 190 € / 160€ tarif réduit pour une inscription avant le 10 octobre 23.

contact: info@marcsilvestre.com



www.marcsilvestre.com