

Danse Japonaise (Butô, Nihon Buyô) et massage Shiatsu

une manière japonaise d'appréhender le travail corporel

avec **Juju Alishina** (Chorégraphe, professeur, danseuse)

et **Toshi Ichikawa** (Praticien et formateur de Shiatsu)

DANSE BUTÔ ET MASSAGE SHIATSU

Du lundi 5 juillet au samedi 10 juillet 2010

13h-19h (6h) lundi-vendredi
14h-19h (5h) samedi - total 35h

Tout public

Ouvert aux professionnels et non-professionnels.

Pour les intermittents du spectacle prise en charge possible par l'AFDAS

DANSE BUTÔ, DANSE TRADITIONNELLE JAPONAISE ET MASSAGE SHIATSU

Du lundi 16 août au samedi 28 août 2010

(relâche dimanche 22 août)
13h-19h (6h) lundi-vendredi
14h-19h (5h) samedi - total 70h

(Butô 35h, Nihon Buyô 25h, Shiatsu 10h)

Danse Butô avec Juju ALISHINA

(Chorégraphe Japonaise)

Danse contemporaine japonaise

Techniques de travail corporel :

- Tonus postural pour le contrôle du corps
- Respiration, gymnastique douce, stretching et assouplissement
- Travail du KI, Ondulation, Improvisation,
- Etude des mouvements du visage,
- Techniques et diversité de la Marche,
- Travail sur la voix,
- Histoire de la danse Japonaise (projections vidéo)
- Exploration de l'image pour la mise en scène
- Jeux de mots
- Interprétation
- Techniques de chorégraphies
- Relaxation
- Discussion
- Chorégraphies, petit démonstration



Nihon Buyô avec Juju ALISHINA

(Diplômé Shihan de l'école Fujiwaka)

Danse traditionnelle japonaise

A cause de ses principes gardés secrets, autrefois il était difficile d'enseigner et d'apprendre la danse japonaise traditionnelle. La méthode de Juju Alishina est révolutionnaire. Il est possible d'apprendre par un sens simple et intuitif non seulement les mouvements du corps, mais aussi l'esprit de la culture japonaise. Ainsi les pratiquants peuvent être amenés à trouver quelque chose de nouveau même à l'intérieur de cette pratique.

- Mouvements élémentaires et de la technique de l'éventail
- Danse folklorique japonaise
- Apprentissage de quelque pièces
- Histoire de la danse Japonaise (projections vidéo)
- Habillage en kimono et des techniques de maquillage blanc (produit de maquillage pris en charge par la compagnie)
- Petit Démonstration

Shiatsu

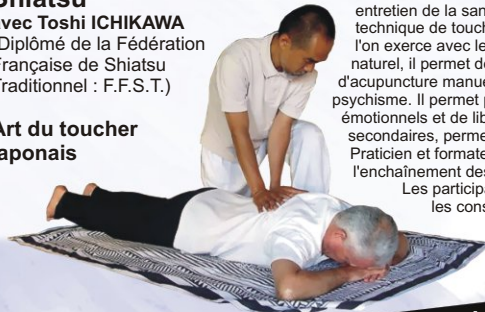
avec **Toshi ICHIKAWA**

(Diplômé de la Fédération

Française de Shiatsu

Traditionnel : F.F.S.T.)

Art du toucher japonais



Le Shiatsu s'inscrit dans la tradition orientale de la prévention et du bon entretien de la santé (thérapie officiellement reconnue au Japon). C'est une technique de toucher d'origine japonaise (shi signifie doigts et atsu pression) où l'on exerce avec les pouces, les doigts et les paumes. Efficace et entièrement naturel, il permet de rétablir et de maintenir l'équilibre du corps. C'est une forme d'acupuncture manuelle (donc sans aiguille), agissant sur le physique et le psychisme. Il permet pour celui qui le reçoit, de surmonter ses troubles émotionnels et de libérer ses tensions. Il stimule le corps et l'esprit sans effets secondaires, permettant ainsi l'élimination de la fatigue mentale et corporelle. Praticien et formateur de shiatsu: Toshi ICHIKAWA Présente la base et l'enchaînement des mouvements spécifiques.

Les participants s'exercent et pratiquent entre eux avec l'intervention et les conseils du formateur.

Inscription : Cie NUBA Tél : 01 40 27 08 83
dansnuba@orange.fr

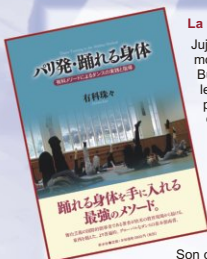
lieu : MICADANSES 15,16 rue Geoffroy-l'Asnier 75004 Paris (M° St-Paul)

Danse Japonaise (Butô, Nihon Buyô) et massage Shiatsu

une manière japonaise d'appréhender le travail corporel

Discipline	Dates, horaires	Total heures de travail	Tenue	Tarif
Butô, Shiatsu (Juillet)	du lundi 5 juillet au samedi 10 juillet de 13h à 19h (6h) du lundi au vendredi de 14h à 19h (5h) le samedi	35h	Standard (ex / pantalon souple, T-shirt, pull, chaussettes)	350 €
Butô, Nihon Buyô, Shiatsu	du lundi 16 août au samedi 28 août (relâche dimanche 22 août) de 13h à 19h (6h) du lundi au vendredi de 14h à 19h (5h) les samedis	70h	Standard + Yukata (kimono simple) Location de kimono pour 5 jours = 50 € (1 kimono, 1 ceinture, 2 ficelles, 1 éventail) Achat de kimono = 105€ (1 kimono, 1 ceinture, 2 ficelles, 1 éventail)	750 €
Butô,	du lundi 16 août au samedi 21 août de 13h à 19h (6h) du lundi au vendredi de 14h à 19h (5h) le samedi	35h	Standard	350 €
Butô, Shiatsu(Août)	du lundi 16 août au samedi 21 août de 13h à 19h (6h) du lundi au vendredi de 14h à 19h (5h) le samedi du lundi 23 août au vendredi 27 août de 17h à 19h (2h)	45h	Standard	450 €
Butô, Nihon Buyô	du lundi 16 août au samedi 21 août de 13h à 19h (6h) du lundi au vendredi de 14h à 19h (5h) le samedi du lundi 23 août au samedi 28 août de 13h à 17h (4h) du lundi au vendredi de 14h à 19h (5h) le samedi	60h	Standard + Yukata	650 €
Nihon Buyô	du lundi 23 août au samedi 28 août de 13h à 17h (4h) du lundi au vendredi de 14h à 19h (5h) le samedi	25h	Yukata	350 €
Nihon Buyô, Shiatsu	du lundi 23 août au samedi 28 août de 13h à 19h (6h) du lundi au vendredi de 14h à 19h (5h) le samedi	35h	Standard + Yukata	450 €
Shiatsu	du lundi 23 août au vendredi 27 août de 17h à 19h (2h)	10h	Standard	150 €

Adhésion annuelle 30 €, 1ère année et 20 € à partir de la 2ème année, à la Compagnie NUBA. Validité 1 an jour pour jour.
Tarif réduit de 10% si vous vous inscrivez 30 jours avant le stage.



La méthode ALISHINA

Juju Alishina propose une approche équilibrée et harmonieuse du mouvement Butô dans toutes ces formes. Elle développe la pratique du Butô depuis 1982, développant son style personnel en travaillant dans le respect du corps. Elle a bâti sa méthode à partir de sa recherche profonde et variée des formes de danses asiatiques et de sa propre expérience authentique et vivante du corps dansé.

Cette méthode propose non seulement une approche créative du mouvement dansé, mais également une initiation à l'esthétique et la philosophie du Butô comme moyen d'expression et de libération.

Elle préconise avec ses élèves un travail basé sur la mise en situation et la participation active, les amenant ainsi à penser, imaginer, inventer et créer. L'assiduité des participants est nécessaire dans cet apprentissage.

Son contenu représente plus de 1000 heures de travail. Accessibles à tous, débutants – professionnels, danseurs et acteurs, elle se pratique à tout âge. Très appréciée en Europe, aux Etats-Unis et au Japon, plus de 850 personnes ont fait l'expérience de cette méthode. Les artistes pourront y puiser matière à créer leur propre axe de construction et de consolidation de leur permanence artistique.

En janvier 2010, le livre écrit par Juju Alishina « Méthode Alishina d'entraînement du corps » est publié au Japon et reçoit un bon accueil de la presse et des professionnels de la danse du pays. Nous projetons sa publication en français durant la saison 2011.
<http://www.amazon.co.jp>