

# Stage Tango Argentin

Avec Nathalie Mann



**Du 17 au 21 mai 2023**

Stage intensif en résidentiel  
à **L'Aérium, 30120 Arrigas**

---

*Le tango argentin est une danse d'improvisation sensible et sensuelle.  
C'est un dialogue corporel qui a sa grammaire et son vocabulaire.  
Danser le tango argentin, c'est inventer une histoire à chaque rencontre.*

---

Ce stage intensif de 4 jours est **un voyage**.

C'est une plongée dans la **conscience corporelle**, qui émerge vers l'**écriture improvisée** d'une histoire sans mots : dans une démarche tango, une promenade en connexion à soi, à l'autre et à l'environnement.

Les **pratiques somatiques** et la danse **Contact-Improvisation** soutiendront nos explorations.



Les pratiques somatiques nous apprennent comment notre corps fonctionne pour commencer à collaborer avec lui. En ouvrant les chemins dans le corps qui soutiennent notre plaisir à danser le tango, nous pouvons **habiter notre espace de sécurité**, et engager notre personnalité tout entière dans la douceur de l'Abrazo.

Les outils d'improvisation et de composition instantanée nous permettent d'**investir notre espace de créativité, en éveillant l'imaginaire et le goût de la surprise**.

En nous familiarisant avec l'inconnu, nous élargissons notre zone de confort pour répondre avec grâce aux contraintes et opportunités, d'un environnement en perpétuel changement.

## EST-CE QUE CE STAGE EST FAIT POUR MOI ?

Ce stage est destiné aux **danseur.euses de tous niveaux**, en recherche personnelle d'autonomie dans la façon d'apprendre et pratiquer la danse depuis l'intelligence somatique : celle du corps vécu, ressenti et subjectif.

Et parce que c'est important pour pouvoir guider, de sentir ce que l'on cherche à communiquer (et vice-versa), chacun.e sera invité.e à pratiquer les 2 rôles : celui de leader, et celui de follower. Pas besoin de partenaire pour s'inscrire. Les places sont limitées.

## DE QUOI AI-JE BESOIN POUR PARTICIPER ?

De mon envie de jouer et de ma curiosité, dans le respect de mes limites du moment.

Nous dansons en chaussettes ou en chaussons souples, une tenue confortable est recommandée. Prenez un plaid pour vous couvrir, et un tapis de yoga si vous en avez.

## HORAIRES

Mercredi 19h : accueil et repas préparé par l'équipe, début du stage à 20h.

Dimanche 16h : fin du stage, rangement, départ.

## HÉBERGEMENT-REPAS

Nourriture (bio et végétarienne) : TOUS les ingrédients pour tous les repas sont achetés par Aminata. Si vous avez un régime particulier, merci de le renseigner lors de l'inscription.

Pendant le stage, chacun.e cuisine une fois pour le groupe, en équipes de 2-3 personnes.

Hébergement en chambre : 15€ en mezzanine (4 places) et 24€ en chambres partagées.

## TARIFS

Stage : 300€- 260€.

Chacun.e se situe librement dans la fourchette entre tarif normal et tarif solidaire.

Nourriture : 60€ (tout compris)

Hébergement : 60€ / 96€ (selon confort)

Adhésion à Terre En Mouvement : 5 €

Utilisation du **sauna** : 5-10€ (selon le nombre de personnes)

## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS : Contactez Aminata au **06 52 93 47 31**



**Nathalie Mann** est éducatrice somatique formée au Body Mind Centering. Elle enseigne le tango argentin et développe une pédagogie sensible et ludique. Le but est de plonger dans un état de présence où l'intelligence corporelle est sollicitée pour s'organiser avec **confort** et **fluidité**.

Nathalie ouvre des espaces d'expérimentation à la croisée de la danse, de la communication et des pratiques somatiques.

Depuis une posture Tango et un «Abrazo» habités, nous prenons le temps de visiter en nuances comment proposer, recevoir, et interpréter la «Marca» (le guidage du tango).

*Pour en savoir plus : <https://tangodyssee.com/>*

*Ce stage est organisé par l'Association Terre En Mouvement. Une association qui se veut soutenance à la Création, au Mouvement, à la Liberté du choix d'apprentissage dans le respect du vivant, et qui :*

*\* anime des ateliers et stages poterie au Vigan*

*\* organise des stage Body Mind Centring® avec Anne Expert*

*\* organise des cours et stages Tango avec Anarcotango et Nathalie Mann.*

*Pour en savoir plus, contactez Céline au 06 38 74 38 69*