



# Atelier danse-improvisation

avec  
Lucie Rifad

Lundi soir et  
mercredi matin  
à Foix

Ouvert à tous  
À partir de 16 ans  
Reprise des ateliers  
le 17 septembre

**Sentir, écouter, chercher,  
inventer, danser!  
Faire un pas de côté,  
se surprendre, s'aventurer  
en terrains inconnus.  
Laisser place aux  
émotions, à l'imaginaire,  
à l'inouï.**

Après des études en danse contemporaine, Lucie Rifad enrichit sa pratique de l'improvisation auprès de divers pédagogues à Paris et Berlin. Ces dernières années, la découverte du butoh et du clown-théâtre l'ont amenée à découvrir d'autres outils et à orienter sa recherche vers la danse-théâtre.

Les ateliers commenceront par un travail de conscience corporelle et un échauffement visant à détendre et rendre disponible le corps. S'en suivront des explorations guidées, du sol à l'espace, seul ou avec un partenaire. Elles seront l'occasion de mobiliser de nouvelles parties du corps et de découvrir d'autres chemins, appuis, tempos et qualités de mouvement. Diverses propositions amèneront aussi à jouer avec les états de corps et le visage, à rencontrer la voix et les mots. Entre rigueur et liberté, conscience et ivresse, les improvisations permettront à chacun de déployer sa propre danse.

Le lundi soir, de 20h à 22h, salle Arcadia (13, rue du Lieutenant Paul Delpech)  
Le mercredi matin, de 10h à 12h, salle Pont d'Errance (1, rue Delcasse)  
Tarifs : 100 euros le trimestre, 12 euros l'atelier / Informations : 06 52 76 27 23