

# Se relier avec le vivant



Le dimanche qui suit chaque rencontre de Mouvement dansé, nous proposons dans le cadre de "l'Oasis pour le vivant", un "Cercle de femmes" le matin et un "Atelier de plantes médicinales" l'après-midi.

Tous les renseignements nécessaires vous seront donnés.  
Bienvenue à vous.

#### Tarifs accueil :

Nuitée gîte : 18€, chambre de 3 ou 4 personnes  
Nuitée Pod : 2 pers. / 18€  
seul (si cela est possible) 28€  
Repas : 16€ - Petit déjeuner : 6€  
Adhésion à l'association « Les Ormes, Oasis pour le vivant » : 10 €



" Tout ce que je sais  
quand je danse,  
je veux le connaître  
dans ma vie  
quand je ne danse pas."

Parole d'élève

SAISON  
2024-2025



## Dialogue au cœur du mouvement

Un programme proposé  
par Isabelle Abelé-Dubouloz,  
Enseignante de Mouvement  
dansé et d'Aïkiryu



ÉCOLE FONDÉE PAR  
CHARLES ABELÉ SHIHAN

## Danseuse-chorégraphe et enseignante

J'ai étudié et développé pendant de nombreuses années le mouvement par l'interprétation, la création et l'enseignement de la Danse.

De 1977 à 2003 : J'interprète, je crée des spectacles et j'enseigne la danse contemporaine en France et à l'étranger (partout en Europe et au Japon)

Parallèlement, je reçois un enseignement précieux par la pratique de l'Aïkido puis de l'Aïkiryu.(1984-2006)

**En réalisant l'élaboration de nombreux séminaires et ateliers, j'ai défini une méthode originale que j'appelle le « Mouvement dansé ».**

# J'aime l'être dansant qui habite en moi.

## Le réveil de notre danseur intérieur

Le Mouvement dansé s'exprime sur un chemin d'aller-retour à partir de soi-dedans (l'espace en nous) vers l'autre- dehors (l'espace autour de nous), puis retour au cœur de soi. Il est porté par le goût et le plaisir de se relier librement à tout ce qui nous entoure, à la profondeur du temps, à la sensibilité de l'espace. Il propose une fluidité, dans des gestes simples ou complexes par le jeu de l'attention à ce qui nous habite. Il pose le retour au centre de soi comme un retour au calme, au neutre, à la source de tous les possibles.

Corps assoupli, corps sentant, corps s'exprimant, à la rencontre d'une conscience joyeuse de soi.

Isabelle Abelé-Dubouloz

# Nouvelle saison

Ce programme est à l'intention de toutes personnes ayant déjà une pratique corporelle.

Il s'adresse à tous les pratiquant.es d'Aïkiryu ou autre art martial, aux danseur.euses et à tous les artistes, thérapeutes, coachs ou personne engagée dans l'expérience du mouvement.

Il est une forme d'apprentissage permettant de réaliser un mouvement libre et personnel en lien profond avec son corps, tel qu'il est, habité de l'intensité de ce qui se vit dans l'instant.



Au menu :

Découvrir une méthode pour retourner à la source en nous où tout se crée.

S'allier à la force de vie.

Sentir la joie par laquelle toute transformation devient possible.

Danser dans un mouvement libéré où le connu est au service de l'inconnu.

# Les dates

1

Samedi 19 octobre 2024

2

Samedi 14 décembre 2024

3

Samedi 8 février 2025

4

Samedi 5 avril 5

5

Samedi 24 mai 2025

Je vous propose une arrivée le vendredi soir.

**Horaires du samedi : 9h-19h**

**Tarifs : 80€ la journée**

**Forfait 5 journées : 320 €**

Adhésion à la F.aage à partir de deux journées : 40 €