



Practice Yuval Pick

Morning classes

Depuis plusieurs années, Yuval Pick développe une méthode qui nourrit sa danse et ses pièces et qui est devenue la pratique quotidienne des danseurs de sa compagnie. Cette méthode donne des outils pour préparer le corps à une journée de travail tout en invitant les danseurs à éveiller leur imaginaire. *Practice* s'explore ensemble et contribue à la création du lien au sein d'une troupe.

Les cinq fondamentaux de *Practice* :

- La rotation du corps
- Le transfert du poids et rebond
- Le mouvement du centre vers la périphérie
- « L'espace-entre » comme un espace de jeu
- Chaque mouvement est une action motivée par une intention

Ces cinq fondamentaux permettent d'élargir le potentiel physique et créatif des danseurs. Ils donnent des outils pour pouvoir vivre le mouvement en temps réel et partager son expressivité avec les autres. *Practice* enrichit la virtuosité grâce à des exercices précis et à l'improvisation guidée par des images ludiques et organiques.



Teaser de la méthode *Practice*



+ d'infos en ligne www.ccnr.fr

Contact

Océane Demeure

production@ccnr.fr

+33 (0)7 83 63 75 09