

# Tous Nos Nous

Pour danser dans la joie et la bonne humeur !

tous les mardis de 19h à 20h15  
de maintenant à fin juin

La somme de **Tous Nos Nous** est un espace d'expression de vos motions intérieures, une invitation en musique et en dansant à l'exploration de toutes vos personnalités !

Venez secouer sur des rythmes endiablés votre dragon, votre lagon, votre bleu lavande, votre soleil éclatant ou au besoin vos orages fracassants !

## Une proposition du Monteillet Café

Rendez-vous au 1<sup>er</sup> étage de l'annexe à  
**Vanosc**, place de la mairie !

Contact : 06 33 83 44 91 et/ou 06 33 73 23 73

Le mouvement est l'outil le plus direct pour vivre différemment son corps, pour le découvrir. Être un corps en mouvement, avec toute la conscience possible que cet état requiert, peut nous surprendre et peut nous transformer.

Tous les mouvements sont légitimes et justes, et ce quel qu'en soit, les directions, les vitesses, les amplitudes que nous choisissons de déployer.

Nous aborderons la danse en toute simplicité, sans la nécessité d'une pratique préalable ou régulière.

Par une mise en œuvre ludique, nous testerons la réactivité, la capacité de production d'images symboliques ou émotionnelles de notre corps dans le mouvement et dans l'espace.

Venir en tenue **souple et confortable**

**Plusieurs tarifs possibles** : pour le cycle complet entre 130 et 170 euros ou au prorata de la date d'inscription ou à la séance 10 euro.

+ adhésion à prix libre à l'association le Monteillet Café

---

\* mini bio

Les gestes de tous les jours, les gestes du travail, les objets de tous les jours, les objets du travail me sont de parfaits prétextes pour danser, pour mettre le/les corps en service et au service de, pour créer des images poétiques ou non, des rêveries contemplatives aussi.

Création chorégraphique pour **Le Cri de la Fourmi** : *Condensation* – 5 pièces vidéo et chorégraphique pour cuve (2012), *Expansion* – pièce pour la vigne (2012), *Oh Marché* – pièce pour le marché et le paysage (2015), *La Chèvre et le Chou*, pièce pour bergerie (2017). *La Tache* (2021), danse et installation, cette fois-ci, c'est à l'échelle du paysage que nous nous attelons. Diplômée de l'Université de Besançon en Art, danse et performance, de l'Université de Lyon, en administration culturelle, du Théâtre du Mouvement (69), en Danse corps et voix.

<https://www.monteilletcafe.fr/>