

la Compagnie Filrouge propose

WE résidentiel de Danse Singulière les 6 – 7 – 8 mars 2026

Animation : Pascale Lifschitz

Lieu : Pension Beausite à Chemin (au-dessus de Martigny)

Danser...

« Danse Libre ? Quand la danse se libère de la référence obligée aux pas à apprendre, à respecter et à suivre, Alors redevient possible un rapport plus personnel et vivant à la danse et à ses codes.

Alors émerge la possibilité de danses plus singulières.

Alors, la danse redevient une aventure de libération.

Danser sa vie. Pour le plaisir de la mise en jeu du corps.

Pour l'aventure unique que représente chaque danse quand elle s'affirme manière de vivre, de respirer et de penser. »

Marc Guiraud (fondateur de la Danse Singulière)

La Danse Singulière, un voyage en liberté

La danse d'improvisation (cette "imagination en mouvement") favorise cette démarche. Également, la structure qui invite à écouter corporellement les musiques proposées.

La *Danse Singulière* ne propose pas une approche technique. Elle offre bien davantage : retrouver la danse comme manière d'exister et d'explorer sa propre existence.

Le stage est donc ouvert aussi bien à des professionnels (soucieux de revivifier leur rapport personnel à la danse) qu'à des personnes qui pensent ne pas savoir danser.

En fait, à toute personne pour qui la danse est d'abord *un voyage en liberté...*

Durant ce WE, nous vivrons 4 séances de Danse Singulière qui chacune se déroule en quatre temps :

- 1. à partir d'une musique proposée, improvisation dans l'espace ouvert à tous*
- 2. cinq propositions musicales sont offertes, 4 musiques et le silence ; l'espace est investi individuellement à partir du choix musical ; la danse personnelle peut évoluer vers une danse à deux ou à plusieurs (s'inviter dans la danse ou inviter quelqu'un.e dans sa propre danse)*
- 3. à partir d'une musique proposée, improvisation dans l'espace ouvert à tous*
- 4. invitation à la parole, « danse des mots »*

~ ~ ~ ~ ~

Horaires : arrivée le 6 mars 2026 vers 17h00 – départ le 8 mars 2026 vers 16h00

Logement en pension complète :

278.- en chambre multiple (139.-/jour par personne incluant logement et 3 repas)
327.- en chambre double (163.50/jour par personne incluant logement et 3 repas)
406.- en chambre simple (203.-/jour par personne incluant logement et 3 repas)
+ 4.- de taxe de séjour (2.-/nuit)

Prix du stage : selon vos moyens et en conscience, entre fr.140.- et fr.410.- ce qui inclut l'animation, l'organisation, la location de la grande salle & les frais de pension de l'animatrice.

Renseignements et inscriptions : auprès de l'animatrice au 078 768 30 78

pour la Cie filrouge Pascale Lifschitz

*animatrice de Danse Singulière,
art-thérapeute & superviseure*