

# En corps !



## PISTES DE MÉDIATION CULTURELLE EN LIEN AVEC LE SPECTACLE EN'CORPS !

La Compagnie L' Ailleurs Des PeauxCibles, basée sur Toulouse, par sa volonté de partage et de transmission, place la pédagogie à une place aussi importante que le travail sur scène. Elle appuie sa recherche artistique sur la pluridisciplinarité, croisant toujours comme élément fondateur la Danse avec : le texte, la musique, le jeu théâtral, parfois clownesque, objets, matières.

Danseuse professionnelle pour de nombreuses compagnies, chorégraphe, metteuse en scène et comédienne de la compagnie, Alexandra Karsenty, enseigne depuis plus de 15 ans. Elle est professeure Diplômée d'Etat en Danse contemporaine par le Centre National de la Danse de Lyon (2007), Monitrice diplômée de l'Institut Français des Danses de Société (2012), ainsi que de BlueMove Barcelone (2020), et fut Animatrice en Gymnastique Rythmique diplômée de la fédération UFOLEP (2004- 2007).

Spécialisée également avec la petite enfance elle propose des ateliers pluridisciplinaires adaptés à chaque public : du débutant au professionnel, du tout-petit au sénior. Elle enseigne également auprès de publics en Unité de Soins Adaptés.

Les médiations proposées par la compagnie intègrent nécessairement une dimension artistique, quel que soit le projet imaginé ensemble. Dans les ateliers réside une recherche particulière de coordinations et dissociations ludiques, ainsi qu'un lien important entre le mouvement et le rythme. Alexandra Karsenty partage ses connaissances variées avec un large public toujours dans la bonne humeur, mais avec la rigueur d'une passionnée. Bien sûr à la fin des représentations, nous pouvons proposer un bord de scène entre public et artiste.

Alexandra KARSENTY  
06 64 28 68 87/ [compagnieadp@gmail.com](mailto:compagnieadp@gmail.com)  
[www.alexandrakarsenty.com](http://www.alexandrakarsenty.com)

## CONDITIONS :

Pour les ateliers d'éveil (corps de séance 45mn), nous comptons toujours 1h de présence, tant pour l'intervenant que le public. Les autres ateliers se déclinent en 1h, 1h30 ou 2h selon projet.

Tarif préférentiel pour des groupes de séances. (Régulières à l'année, ou pour session autour du spectacle)

## LES ATELIERS EN'CORPS !



- Ateliers de Recherche  
de composition chorégraphique, d'écriture

- Eveil à la danse

- Initiation aux Danses :

contemporaine

urbaines

corps objet et marionnette dans le corps

- Eveil à l'écoute de soi et à l'expression : Danser ses émotions  
(Avec quelques adaptations, cet atelier est tout public, tous âges)

### -Ateliers de recherche \_ Tous niveaux, Tous âges

- d'Improvisation en danse  
- de théâtre gestuel : atelier d'analyse corporelle de personnages du spectacle (repérage du rythme du personnage, posture, voix, type de déplacements ou de langage (soutenu/familier), rapport public (adresse directe ou « 4ème mur »), puis dans un second temps, expérimentation des élèves afin de traverser le jeu théâtral de deux personnages d'En'Corps, puis construction d'un personnage propre. Si nombre d'ateliers assez important : Jeux de transformations émotionnelles et corporelles pour passer à différentes vitesses d'un personnage à un autre. (Ateliers en groupe fermé mais pouvant déboucher sur des petites scènes ouvertes / présentations publiques)

### Ateliers de composition \_ Tous niveaux, Tous âges

Outils pour créer de manière structurée et composer facilement des enchaînements chorégraphiques. Quelques notions théoriques issues des « Dynamics » de Rudolph Von Laban apporteront une mallette pédagogique, permettant aux enfants et à l'enseignant de prolonger ce travail ensuite. Travail en groupe selon des partitions communes très simples permettant de découvrir l'éventail des possibles du mouvement. A partir d'un matériau construit en commun par tout le groupe, nous ébaucherons une création complexe pouvant aboutir à une sortie publique ou non.

### Ateliers d'écriture en lien avec le spectacle (seul ou en groupes) \_ Fin cycle2/Cycle3

- Proposition d'ateliers pour scolaires ou groupes, à réaliser en suivant la découverte du spectacle En'Corps ! (élémentaires) ou jusqu'au lycée pour le numéro Encore En'Corps !: discussion autour de la pièce et proposition de réécrire une ou plusieurs parties du spectacle (début, déroulement, fin) puis invention de routines techniques avec objets du quotidien et mouvement.  
- Accompagnement à l'écriture personnelle, individuellement ou en petits groupes.

## Danser ses émotions

### Eveil à la relation musique / mouvement, expression des émotions par le corps

**Cet atelier magique se décline pour tous les âges jusqu'aux séniors.**

**Créé pour les 1-3 ans au départ, l'atelier a été expérimenté du tout-petit à l'adulte, maternelles et élémentaires, personnes en situation de handicap...**

Cet atelier déjà proposé dans beaucoup de structures est un franc succès puisque chacun réussit à évoluer pendant entre écoute, expérimentation, mimétisme, règles simples et ludiques de rapport à la musique ou à l'espace, aux autres, au développement de l'expression. Je m'adapte toujours à l'énergie du groupe et peux modifier l'atelier en fonction de ce qui se déroule pour garder la connexion. Après la découverte de musiques et styles de danses très contrastés (ballet classique, danse d'Afrique de l'Ouest et danse contemporaine), j'invite le groupe à expérimenter ce rapport mouvement/ musique, et, à condition que les adultes présents participent, même les tout-petits peuvent vraiment profiter de ce moment. Les dynamiques sont variées pour prendre en compte leur besoin de repos ou de motricité.

Puis, à travers une pause un peu magique et des foulards de couleur qui apparaissent et disparaissent, grâce à la quêteuse du personnage pied-clown du spectacle *En'Corps !*, nous invitons et nommons quatre émotions et les dansons pour avoir des outils à emporter chez soi lorsque ces émotions nous submergeront la prochaine fois (pour les petits mais également utile pour les plus grands !) et enfin nous terminons avec un moment calme.

### Eveil à la danse 4-6 ans

Ce cours d'éveil à la danse permet aux enfants (garçons ou filles) de découvrir à travers leur imaginaire les notions d'espace, de rythme, de rapport au sol, aux autres, et aborder les fondamentaux de la danse en général.

L'idée est de proposer des jeux créatifs et des explorations avec des consignes qui amèneront l'enfant à se déplacer dans l'espace, à expérimenter le travail autour de l'axe et l'équilibre, de développer l'écoute (de soi, du groupe, de la musique !) et affiner sa conscience corporelle et sa coordination. Nous alternerons les propositions avec douceur et énergie pour rester au plus près de leur rythme afin qu'ils apprennent en s'amusant sans s'épuiser ! Différents ateliers proposés, possibilité d'en créer en lien avec vos thèmes et demandes.

### Initiation aux Danses Urbaines à partir de 8 ans

Ce cours d'initiation propose aux enfants (filles ou garçons) de coordonner puis de dissocier par la suite leurs mouvements en lien avec la musique et le groupe. Nous aborderons différentes notions issues du hip-hop (debout et au sol), de la funk, du street-jazz, sans se priver d'influences contemporaines pour le travail en partenariat ! Debout mais travail aussi au sol, cependant nous ne chercherons jamais à solliciter leur corps en appui. Ce seront des passages dynamiques. Nous alternerons le travail d'apprentissage et de composition. Leur créativité pourra s'exprimer grâce aux outils corporels que je leur proposerai également en lien avec le personnage de la maman de Sacha dans le spectacle. Cet atelier favorisera aussi la confiance en soi et en l'autre, il leur apprendra aussi à observer et faire des retours critiques constructifs, sans jugement.

## **Initiation à la Danse Contemporaine \_ Tous âges Tous niveaux**

Nourrie par de multiples influences, ce cours de danse contemporaine traversera d'abord le sensible par des exercices au sol, pour un éveil articulaire et musculaire.

Se succéderont des exercices dansés variés et dynamiques, quelques fois assez physiques, mais utilisant l'élan, l'espace et le poids. Le travail sera axé sur le centre, les transferts de poids, la coordination, et la double direction permettant de danser sans force, même avec fulgurance !

Dotée d'un bagage académique initialement classique, Alexandra greffe à cette gestuelle qu'elle n'a pas reniée, des énergies brutes, et des influences provenant des danses urbaines, jazz, afro parfois latino auxquelles se superpose un travail physique au sol aux penchants acrobatiques, ce qui lui confère la transmission d'un langage personnel sans étiquette.

L'humain étant placé au cœur de son travail, le lâcher-prise et la prise de risque sont encouragés, prônant toujours qu'il vaut mieux essayer de dépasser ses capacités et apprendre de la chute plutôt que se cantonner à « bien faire » ou pire « faire comme... » ! L'idée étant d'apprendre à maîtriser sa zone de confort pour ensuite la dépasser ! L'apprentissage se fait dans la rigueur technique et le respect de l'énergie de chaque élève favorisant une multitude d'états de corps à traverser durant le cours.

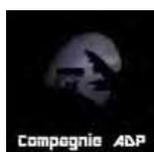
## **Atelier d'Initiation en Danse. Objet, formes animées, Marionnette \_ Tous âges Tous niveaux**

A partir de la matière de recherche du spectacle *En'Corps !* cet atelier proposera aux enfants de créer, inventer, traverser des jeux et exercices autour du jeu d'acteur, du corps, de la manipulation d'objet, de mise en place de travail marionnettique avec différentes parties du corps, de la danse, de l'espace, du rapport à la mise en scène avec (ou non) prise en compte d'un public dans la création collective ou solo.

**Cet atelier pluridisciplinaire permettra aux enfants de varier les plaisirs entre corps, voix et objets.**

# COMPAGNIE L'AILLEURS DES PEAUXCIBLES

Spectacles et médiation culturelle



Production Pti Poa

SIRET : 402 599 955 000 42

APE : 9001Z / N° de Licence : 2-1059380/ 3-1059381

Alexandra KARSENTY

06 64 28 68 87/

compagnieadp@gmail.com

**www.alexandrakarsenty.com**

FB: @compagnieadp

INSTAGRAM: @alexandrakarsenty.cieadp