



# Approche...

avec Lucie Nérot

Lyon  
18 & 19  
Novembre 2017



Open Floor  
Dance  
Movement  
Workshop

# APPROCHE...

## Stage ouvert en intelligence émotionnelle et relationnelle

Les êtres humains, comme tous les mammifères, savent d'instinct quand s'approcher et s'éloigner, et ont soif de relation. Nos cellules connaissent la peur, l'agressivité, le désir et l'amour.

Chacun d'entre nous porte ses blessures et ses trésors relationnels. Ils nous ont modelés, ont exacerbé certaines de nos ressources, en ont muselées d'autres. Dans "Approche..." nous explorerons l'approche de l'autre, rapide ou à pas mesuré, nous prendrons le temps de sentir et d'apprendre à mettre en mouvement ce que nous ressentons. Nous apprendrons à mieux nous connaître, et à laisser se déployer la beauté de notre danse d'approche. Nous cultiverons les ressources du pardon et de la réparation qui permettent de prendre le risque de l'intimité. Enfin nous verrons comment approcher l'autre permet une plus grande proximité avec soi.

**Acquis :** vocabulaire et ressources de mouvement pour l'intelligence émotionnelle, perception et respect des frontières, approche de l'intimité.

**Lucie Nérot est enseignante Open Floor** et membre fondateur d'Open Floor International. Passionnée de danse, de musique, d'art, en quête de vérité et de sacré, elle s'est formée auprès de grands pionniers de l'exploration de la conscience et du mouvement (Richard Moss, Gabrielle Roth et A. Jodorwosky). Elle danse et enseigne à l'international depuis 20ans. Son enseignement vous propose clarté et cadre, pour que puissent émerger puissance sauvage et vulnérabilité.

**Prix :** 170€

**Early bird avant le 15 Octobre 2017 - 150€**

**Horaires :** Samedi 11h-18h / Dimanche 10h-17h

**Infos & inscriptions :** lyondansant@gmail.com / +33(0)6 22 31 76 84

[www.dancingacrossborders.com](http://www.dancingacrossborders.com)

