

ATELIER DE PÉDAGOGIE PERCEPTIVE®

SPÉCIFICITÉ ART MARTIAL SENSORIEL®

Une pédagogie perceptive® ludique au service des artistes musiciens chanteurs.

Conservatoire
à Rayonnement
Régional Xavier
Darasse
Toulouse



Professeur : Frédéric TERRIEN

Professeur de chant choral au CRR de Toulouse et diplômé en Pédagogie Perceptive® Spécificité Art Martial Sensoriel® depuis 2016.

- Apprendre à gérer son stress (trac) et sa fatigue (corporelle et psychique)
- Créer des conditions favorables à l'écoute de soi et des autres
- Apprendre à équilibrer son tonus corporel
- Apprendre à trouver une justesse d'émission cohérente
- En s'accordant à soi et à l'autre
- Apprendre à garder son ancrage quoiqu'il arrive
- Apprendre à optimiser nos potentiels
- Apprendre à accéder à notre créativité

Notre corps nous donne des informations en permanence. La Pédagogie Perceptive® spécificité Art Martial Sensoriel® se propose de nous apprendre à accueillir ces informations, de les nommer, et d'en tirer du sens. C'est une pédagogie Perceptivo/cognitivo/comportementale.

Tous les thèmes cités ci-dessus seront abordés lors de ces ateliers grâce aux différentes approches et outils que propose la méthode : mouvements codifiés, art martial (aïkido), méditation pleine présence® (Danis Bois), verbalisation, approche manuelle à 2 ou en auto-traitement.

Danis Bois : Fondateur de la Fascia thérapie et de la Pédagogie Perceptive®
Martine De Nardi : Elève de Danis bois et fondatrice de l'Art Martial Sensoriel®

Atelier ouvert en priorité aux élèves du département voix, chanteurs, choristes, chefs de chœurs. Des élèves instrumentistes pourront être accueillis en fonction des places vacantes.

*Le Mercredi de 18h30 à 20h
Salle Darasse*

*En octobre : Cycle de 10 séances
(12 participants)*

Fin janvier jusqu'à fin avril : nouveau cycle



CONTACT

Dossier à retirer à l'adresse suivante :
crr@mairie-toulouse.fr