

*Stage de danse  
Contact Improvisation  
"L'Underscore"  
avec Anne EXPERT*

*du 14/12/25 de 15h"30 A 18H  
suivi d'une jam underscore de 19H à 21h  
au 15/12/25 de 10h à 15h30 ( pause repas tiré du sac)  
Au dojo de Lablachère*

*Tous niveaux Tarif : entre 60€ et 80€ en conscience .  
Adhésion à l'association 20€*

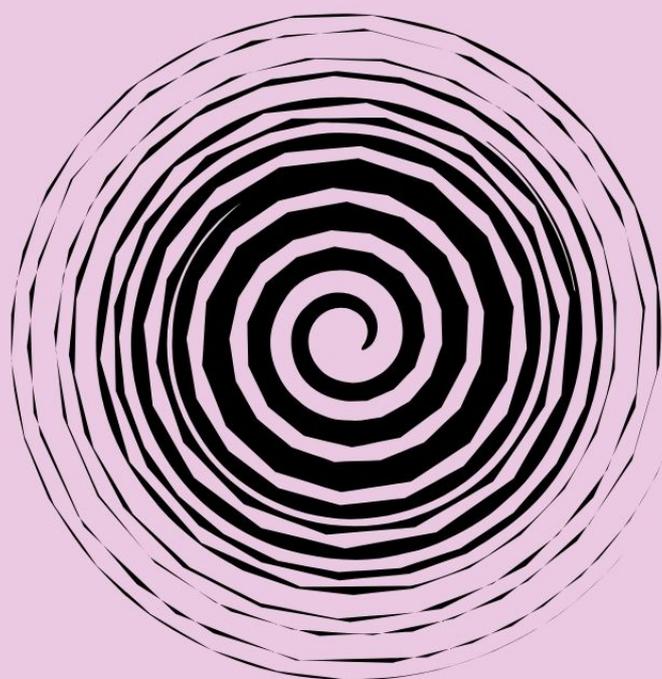
*Organisé par l'association Vis Ton Corps  
Pour réserver, contactez Valérie au 0638036118. Inscription  
avant le 09/12/25*

**Anne Expert**  
**Praticienne et formatrice certifiée en Body-Mind Centering® - Danseuse, enseignante en Contact Improvisation.**

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

*Danseuse, enseignante en Contact Improvisation - Praticienne, formatrice certifiée en Body-Mind Centering®*

*J'explore le champ du Contact Improvisation et des pratiques somatiques, particulièrement le BMC® depuis 25 ans, et suis engagée dans une démarche de transmission. J'ai eu la chance de danser avec Nancy Stark Smith régulièrement entre 2010 et 2017 et de pratiquer l'Underscore que j'ai à cœur aujourd'hui de partager - un espace ouvert, relié, vivant, plein d'attention et d'intelligence, généreux et propice à l'exploration, à la coexistence et à l'interaction de nos solos, duos, trios... au sein d'une composition collective.*



## IMPROVISER AVEC LA PARTITION DE L'UNDERSCORE

### Contact/Improvisation/Jam/Composition

A l'écoute du groupe qui se constituera, nous danserons avec la partition de l'Underscore que Nancy Stark Smith a développée pendant 30 ans, au fil de sa recherche et de son enseignement avec le Contact Improvisation et l'improvisation collective.

Selon les moments, nous ferons l'expérience de:

être physiquement, sensoriellement là, habiter nos chutes, nos déséquilibres, partager le poids ; écouter, observer la danse ; développer une conscience d'être 'dans l'improvisation à tout moment' ; faire grandir notre solo, prendre part à la composition collective.

Au fil du week-end, chacun.e goûtera et découvrira une partition intérieure qui pourra continuer de s'enrichir et de se danser dans ses explorations futures.

« Clarté, confiance, risque, respect. Et plus : coopération, imagination, vitalité. Un art, un jeu de haut niveau, une aventure au travail, de la responsabilité et de l'humour. Un sens d'indépendance et d'interdépendance. »

Nancy Stark Smith, citée dans Caught Falling



### L'Underscore

est une partition que Nancy Stark Smith a développée au cours de sa recherche et de son enseignement, qui soutient le développement de la pratique et de la recherche en Contact Improvisation.

A partir d'une progression de changements d'états de corps et d'esprit, - du solo, sensible à la gravité et au support de la terre, à la circulation de groupe vers des engagements en Contact Improvisation -, il ouvre à une conscience de la composition collective.

En offrant des clés de lecture, des outils de composition simples et accessibles, l'Underscore offre un espace-temps profondément intelligent, où chacun développe sa danse tout en contribuant à l'espace tout entier.

Il soutient la pratique de la jam, c'est un temps de partage et de rencontre pour les danseurs de Contact Improvisation du monde entier.