

Entraînement Régulier du Danseur – Bruno PRADET danse/théâtre

Contenu et objectifs →

Les séances sont orientées autour d'un travail physique où le corps est envisagé comme vecteur d'émotions intimes. Elles permettent aux participants d'aborder le mouvement de façon simple et quotidienne et de travailler sur la notion d'improvisation, en mettant en jeu chacun à son niveau sa créativité.

Chaque séance comporte un temps de préparation physique et théâtrale et un temps d'atelier.

* Travail corporel

Il s'agit d'une préparation physique abordant plusieurs aspects :

- Le sol, partenaire privilégié et incontournable (« apprivoiser » le sol)
- L'espace, théâtre de la présence du danseur
- Le temps, maître du jeu quoi qu'on y fasse
- La conscience énergétique, indispensable à l'économie de moyens (continuité, rupture, débordements)
- L'autre, partenaire changeant (contact physique, humain, quotidien)

* Travail théâtral

Il s'inscrit dans une tentative de « dédramatisation » de l'action théâtrale d'un corps dansant en s'intéressant aux points suivants :

- L'intention, moteur de la relation à soit et à l'autre
- La voix, vecteur de communication quotidien (utilisation simple, modulée, ...)
- Les mots, leur force, leur sens, leur absence

* Travail d'atelier

Ce temps est consacré à des mises en forme d'improvisations dirigées faisant appel à l'imaginaire des participants en intégrant les notions abordées pendant la préparation physique et théâtrale.

Quand à l'humour dont il n'a pas encore été question, il jalonne le temps de travail le plus souvent possible !