

Présentation cours Anatomie Physiologie sur « Verticalisation et Souffle »

**les 23-24 septembre 2017 de 9h00 à 17h00
pour le groupe « Au coeur de notre corps »**

Je vous propose un voyage intitulé « mon corps au pays des merveilles » titre d'un livre magnifique d'anatomie.

Pendant ces journées nous nous promènerons sur le chemin de la verticalisation humaine pour y découvrir ses mystères et certainement aussi se questionner sur ses inconnues. Puis nous poursuivrons notre route par une réflexion sur les liens entre elle et le souffle, à la découverte de nos diaphragmes.

Nous nous poserons ces questions :

- Comment se positionne notre bassin ?
- Quelle merveille permet à notre colonne vertébrale de se redresser ?
- Quel rôle jouent nos membres dans cette aventure ?
- En fait combien avons-nous de diaphragmes ?
- En quoi les liens entre verticalité et souffle influencent notre ouverture, notre légèreté, notre humour ?

Ce voyage aura lieu sous formes pédagogiques diverses et interactives :

- découverte de nouvelles sensations,
- expérimentation corporelle,
- modélisation,
- visualisation,
- représentation symbolique

Si vous êtes partante, partant, n'oubliez pas dans votre bagage :

- des vêtements confortables, un tapis de sol, des chaussettes...
- et surtout : votre élan pour la nouveauté, votre intérêt pour l'expérience, votre envie d'apprendre...
- et par dessus tout ... votre bonne humeur !

Au plaisir de vous retrouver et de travailler avec vous.

Michelle Gosse