



Genève – STUDIO NOEMI LAPZESON (2<sup>ème</sup> étage) – GRÜTLI  
Rue du Général-Dufour 16 CH-1204 Genève



Vendredi: 19h00 à 21h00  
Samedi: 10h00 à 17h00  
Dimanche: 11h00 à 17h00

Prix: Early bird jusqu'au 30 mai : CHF 150.-  
Ce montant est à verser avant le 30 mai pour confirmer l'inscription  
Prix normal : CHF 180.-  
Versement d'arrhes de CHF 50.- pour confirmer l'inscription

Conditions d'annulation : Après le 13 juin, nous gardons les arrhes de CHF 50.-

Inscriptions: [Info@contactimprogeneve.ch](mailto:Info@contactimprogeneve.ch)

IBAN: CH82 0900 0000 1070 3002 2  
Merci de spécifier « Stage Kirstie Simson » et votre nom complet dans la raison du transfert

TWINT : 079 478 95 84 (Merci de spécifier « Stage Kirstie Simson » et votre nom complet)

## Pratiques d'improvisation de danse qui offrent résilience et soutien dans les moments difficiles



Une pratique d'improvisation qui place la vulnérabilité au cœur de ses préoccupations est une source d'inspiration et de rigueur profondes. Développer les compétences nécessaires pour prendre soin de soi, s'engager, respecter et répondre à cet état d'ouverture envers soi-même, les autres et notre environnement génère une créativité puissante et transformatrice. Apprendre de l'interconnexion peut nous donner la résilience et la perspicacité nécessaires pour affronter les défis et les complexités de la vie.

Dans cet atelier, Kirstie partage les pratiques de mouvement et les philosophies sous-jacentes qu'elle a développées au cours de ses quarante années d'engagement engagé dans la danse improvisée, une pratique de vie qui l'a aidée à surmonter les hauts et les bas de la vie. Intégrant les pratiques physiques, elle expliquera pourquoi elle considère les pratiques incarnées comme essentielles pour développer la résilience nécessaire pour affronter et répondre aux temps difficiles que nous traversons. Ayant elle-même récemment traversé une maladie potentiellement mortelle, Kirstie s'appuie sur la manière dont les pratiques de danse ancrées peuvent nous guider et nous soutenir face aux plus grands défis de la vie, et sur les bienfaits qu'elles nous apportent pour la santé.

Kirstie s'appuie sur sa vaste expérience du Contact Improvisation, des techniques de danse, de la technique Alexander, de l'Aïkido, de la méditation et sur sa vaste connaissance de l'improvisation en performance. Elle partage son travail à travers des exercices guidés, des temps libres pour le jeu et l'exploration, des partitions de mouvement, des observations, de l'introspection, de l'écoute profonde, des discussions et de l'humour. Une grande partie du travail se fait en partenariat et en connexion avec les autres, équilibrés par des moments en solo pour le traitement et la réflexion.

C'est une occasion rare pour les participants d'approfondir la sagesse inhérente aux pratiques incarnées, à la fois en studio et en environnement naturel. Kirstie animera son travail, guidée par sa profonde connaissance du corps et de l'esprit, acquise au fil des années de pratique d'écoute et de recherche approfondies, centrée sur l'importance essentielle d'une connaissance incarnée et porteuse de vie.

### A propos de Kirstie



Kirstie Simson (Royaume-Uni) a constamment fait sensation sur la scène de la danse contemporaine, plongeant le public dans la vitalité de la création pure, à chaque instant d'improvisation virtuose. Qualifiée de « force de la nature » par le New York Times, elle est une interprète et professeure primée qui a « incommensurablement enrichi et repoussé les frontières de la New Dance » selon le magazine Time Out de Londres. Kirstie est aujourd'hui reconnue internationalement comme une excellente

professeure, une interprète captivante et une figure emblématique de l'improvisation dansée, avec une pratique qui s'étend sur plus de quatre décennies. De 2008 à 2020, Kirstie a occupé le poste de professeure titulaire au département de danse de l'Université de l'Illinois.

En août 2020, Kirstie est rentrée au Pays de Galles, son port d'attache, d'où elle continue d'approfondir ses recherches et de partager ses découvertes avec d'autres artistes du monde entier. Face à un avenir incertain, Kirstie présente son travail comme des pratiques qui peuvent nous aider à développer notre résilience face aux défis. Elle s'appuie sur sa propre expérience, confrontée à un problème de santé potentiellement mortel, pour fonder ses recherches actuelles sur le pouvoir de l'intelligence incarnée.

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