



Descriptif

LA DANSE CONSCIENTE : UNE PRATIQUE D'ACCOMPAGNEMENT PSYCHOCORPOREL

Le mouvement dansé est une pratique de transformation et d'intégration psychocorporelles qui trouve toute sa mesure quand elle s'appuie sur les ressources développées par les différents courants de danse-thérapie. Ses qualités propres nous amènent à lui faire une place de choix dans les stages et formations de processus Arborescens.

« Corps Dansant » est un cycle de formation en 3 modules qui s'adresse à toute personne souhaitant introduire le mouvement dansé dans sa pratique personnelle ou son activité professionnelle (accompagnement psychothérapeutique ou social, développement personnel, animation, coaching, etc...). Il aborde les principes fondamentaux de la Danse Consciente et prépare à son intégration dans un accompagnement individuel ou collectif, à l'appui des ressources théoriques et pratiques développées en musicothérapie et danse thérapie. Le corps s'envisage comme un système vivant entrant en résonance avec des stimulations internes et externes, tout particulièrement le son dont l'incidence dans notre construction psychique et relationnelle est fondamentale. Le champ du non verbal offre, ici à travers l'expression corporelle, une voie privilégiée pour aller à la rencontre de soi, dans nos dimensions personnelles et transpersonnelles.

FORMATION	CORPS DANSANT La Danse Consciente : une pratique d'accompagnement psychocorporel
Formateurs	Vincent LAUTH, Franck MAGNE (accompagnement des processus)
Public	Cette formation s'adresse – à toute personne qui souhaite approfondir l'exploration des médiations dansées à des fins de développement personnel – à toute personne souhaitant faciliter des ateliers de danse libre – à tous professionnel.le.s de l'accompagnement souhaitant intégrer le mouvement libre dans leur pratique.
Lieu	LE CENTRE, 29 rue de Chenôve 21000 Dijon
Pré-requis	Entretien de motivation
Modalités /délais d'accès	Passer un entretien avec Vincent Lauth, qui valide ou non l'accès à la formation Inscription au minimum 3 semaines avant le début de la formation 6 participant.e.s minimum, et 16 au maximum
Dates	3 modules de 3 jours, soit 9 jours // 63 heures de formation Dates 2026 : M1 30 janv-01 février 2026 // M2 27-29 mars // M3 05-07 juin

FORMATION	CORPS DANSANT La Danse Consciente : une pratique d'accompagnement psychocorporel
Horaires	Jour 1 : 10h-19h (7h) // Jour 2 : 9h30-19h (7,5h) // Jour 3 : 9h30-17h (6,5h) (total 21 heures)
Tarif	Financement personnel & entreprise individuelle : 1 710 € TTC Financement entreprise ou fond de financement : 2 050 € TTC
Contenu	Module 1 - De la sensation à la forme Le premier module introduit aux fondamentaux de la Danse Consciente abordée comme pratique psychocorporelle de transformation et d'intégration, à l'appui des ressources théoriques et pratiques de la danse thérapie. Il explore le chemin qui mène de la sensation à la forme, notamment à travers le Felt Sense, le Mouvement Authentique ou les 5 Rythmes et ses nombreuses déclinaisons (Open Floor, Movement Medecine. Ecstatic Dance). Module 2 - Accordage Le deuxième module aborde les dynamiques relationnelles de la Danse Consciente dans ses dimensions personnelles, interpersonnelles et transpersonnelles. Un accent sera porté sur les différents niveaux d'accordage impliqués (corporels, émotionnels, sonore, rythmique, groupal, etc...) Module 3 - Construction de séance Le troisième module prépare à la construction de séance : vagues et autre formats, paysages sonores et élaboration d'une playlist... On y aborde le concept d'Identité Sonore et sa place dans la construction psychique de l'individu.
Objectifs de la formation	Objectif 1 : développer une écoute sensitive et sensorielle pour aller à la rencontre de soi et du monde Objectif 2 : acquérir des connaissances théoriques et pratiques dans les domaines de l'expression sonore et du mouvement dansé issues de la musicothérapie et de la danse thérapie Objectif 3 : concevoir une séance intégrant le mouvement dansé à des fins de développement personnel et/ou d'accompagnement social ou thérapeutique
Pédagogie	Cette formation aborde des aspects théoriques essentiels, mais elle met avant tout l'accent sur l'expérience. Chaque module reprend les pratiques abordées précédemment de sorte que l'apprenant.e puisse intégrer leurs modalités et leurs effets dans son corps et sa conscience tout au long du cycle. – Temps d'inclusion, partage en groupe – Temps d'enseignement théorique – Démonstrations et questions/réponses – Pratiques expérientielles – Supervision individuelle – Liste de lecture – Rédactions de compte-rendu de module

FORMATION	CORPS DANSANT La Danse Consciente : une pratique d'accompagnement psychocorporel
Moyens techniques et supports pédagogiques	Salle de danse Instruments et objets sonores Tableau blanc Paperboard Supports pédagogiques remis lors de la formation
Modalités de transmission	100% Présentiel synchrone
Méthodes de suivi et d'évaluation	Sont réalisés avec les formateurs et leurs assistants : – Études de concepts – Pratiques expérientielles & temps d'inclusion – Évaluation pratique avec formateur – Liste de lecture Sont demandés à titre individuel : – 10 heures de pratique collective de danse consciente tout au long de la formation (Bodhi Danse, Open Floor, 5 rythmes, Danse Biodynamique , Movement Medecine, Soul Motion, etc...) – 1 heure de pratique hebdomadaire des techniques abordées entre chaque module – Temps de recherche de documents Le suivi administratif : Signature de la Feuille de Présence par demi-journée Remise d'une attestation de participation

FORMATION	CORPS DANSANT La Danse Consciente : une pratique d'accompagnement psychocorporel
Profils formateurs	Vincent Lauth Musicothérapeute clinicien et Sonopraticien Danse Thérapeute (Expression Primitive, Transe Danse, EMVC, Danser-Être Dansé) Musicien formé aux Percussions de Strasbourg Formé à l'enseignement du Yoga (IFY) et du Qi Gong (Quimétao) Co-fondateur du lieu "Le Centre" Fondateur du "Dijon Yoga Festival" et "Les Musicantes, le festival du son qui relie" Franck Magne Co-Fondateur et président d'Arborescens et du lieu 'Le Centre' Psychopraticien, Thérapeute psycho-corporel formé à l'Analyse Psycho-Organique Formateur aux approches psycho-corporelles & relationnelles Coach Professionnel formé à Coach & Team Thérapeute relationnel formé à l'approche IMAGO 25 ans de travail d'équipe en entreprise, 12 ans de travail relationnel en cabinet
Accès handicapé	Pour toute forme de handicap, la décision se fera au cas par cas avec la responsable de la formation.
	Version du 11/11/2025