



## 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	<b>CORPS DANSANT</b> <b>La Danse Consciente : une pratique d'accompagnement psychocorporel</b>
Formateurs	Vincent LAUTH, Franck MAGNE (accompagnement des processus)
Public	Cette formation s'adresse <ul style="list-style-type: none"><li>– à toute personne qui souhaite approfondir l'exploration des médiations dansées à des fins de développement personnel</li><li>– à toute personne souhaitant faciliter des ateliers de danse libre</li><li>– à tous professionnel.le.s de l'accompagnement souhaitant intégrer le mouvement libre dans leur pratique.</li></ul>
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

FORMATION	<p style="text-align: center;"><b>CORPS DANSANT</b></p> <p style="text-align: center;"><b>La Danse Consciente : une pratique d'accompagnement psychocorporel</b></p>
<b>Dates</b>	<p><b>3 modules de 3 jours</b>, soit <b>9 jours // 63 heures</b> de formation</p> <p><b>Dates 2026 : M1 27-29 mars // M2 05-07 juin // M3 31 juillet-02 août 2026</b></p> <p><b>Dates 2027 : M1 05-07 février // M2 23-25 avril // M3 25-27 juin 2027</b></p>
<b>Horaires</b>	<p><b>Jour 1</b> : 10h-19h (7h) // <b>Jour 2</b> : 9h30-19h (7,5h) // <b>Jour 3</b> : 9h30-17h (6,5h) (total 21 heures)</p>
<b>Tarif</b>	<p>Financement personnel &amp; entreprise individuelle : 1 710 € TTC</p> <p>Financement entreprise ou fond de financement : 2 050 € TTC</p>
<b>Contenu</b>	<p><b>Module 1 – De la sensation à la forme</b></p> <p>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).</p> <p><b>Module 2 – Accords ▫ Accordages</b></p> <p>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...)</p> <p><b>Module 3 – Résonner ▫ Accompagner / Construction de séance</b></p> <p>Le troisième module prépare à la construction de séance : vagues et autre formats, paysages sonores et élaboration d'une playlist..., en lien avec le concept d'Identité Sonore et sa place dans la construction psychique de l'individu.</p>
<b>Objectifs de la formation</b>	<p><b>Objectif 1</b> : développer une écoute sensitive et sensorielle pour aller à la rencontre de soi et du monde</p> <p><b>Objectif 2</b> : 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</p> <p><b>Objectif 3</b> : concevoir une séance intégrant le mouvement dansé à des fins de développement personnel et/ou d'accompagnement social ou thérapeutique</p>

FORMATION	<p style="text-align: center;"><b>CORPS DANSANT</b></p> <p style="text-align: center;"><b>La Danse Consciente : une pratique d'accompagnement psychocorporel</b></p>
<p><b>Pédagogie</b></p>	<p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Temps d'inclusion, partage en groupe</li> <li>– Temps d'enseignement théorique</li> <li>– Démonstrations et questions/réponses</li> <li>– Pratiques expérientielles</li> <li>– Supervision individuelle</li> <li>– Liste de lecture</li> <li>– Rédactions de compte-rendu de module</li> </ul>
<p><b>Moyens techniques et supports pédagogiques</b></p>	<p>Salle de danse                      Instruments et objets sonores                      Tableau blanc                      Paperboard                      Supports pédagogiques remis lors de la formation</p>
<p><b>Modalités de transmission</b></p>	<p>100% Présentiel synchrone</p>
<p><b>Méthodes de suivi et d'évaluation</b></p>	<p>Sont réalisés avec les formateurs et leurs assistants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Études de concepts</li> <li>– Pratiques expérientielles &amp; temps d'inclusion</li> <li>– Évaluation pratique avec formateur</li> <li>– Liste de lecture</li> </ul> <p>Sont demandés à titre individuel :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– 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...)</li> <li>– 1 heure de pratique hebdomadaire des techniques abordées entre chaque module</li> <li>– Temps de recherche de documents</li> </ul> <p>Le suivi administratif :</p> <p>Signature de la Feuille de Présence par demi-journée                      Remise d'une attestation de participation</p>

FORMATION	<p style="text-align: center;"><b>CORPS DANSANT</b></p> <p style="text-align: center;"><b>La Danse Consciente : une pratique d'accompagnement psychocorporel</b></p>
<p><b>Profils formateurs</b></p>	<p><b>Vincent Lauth</b>  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"</p> <p><b>Franck Magne</b>  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 &amp; relationnelles  Coach Professionnel formé à Coach &amp; Team  Thérapeute relationnel formé à l'approche IMAGO  25 ans de travail d'équipe en entreprise, 12 ans de travail relationnel en cabinet</p>
<p><b>Accès handicapé</b></p>	<p>Pour toute forme de handicap, la décision se fera au cas par cas avec la responsable de la formation.</p>
	<p style="text-align: right;"><i>Version du 20/04/2026</i></p>