



Photographe: Arnaud Beelen

**du 1er au 5 mai 2023**

**Skinner Releasing  
Technique &  
Improvisation**

**Avec Lily Kiara**

**Performance de Lily le vendredi 5 mai à 19h à Re.sources**

Organisation MÙ  
Lieu: RE.SOURCES  
Valcivières - Auvergne - France



## Skinner Releasing Technique & Improvisation

**Technique et processus créatif sont abordés simultanément grâce à l'utilisation de l'imagerie pour favoriser l'ouverture et l'engagement avec efficacité et facilité.**

La Skinner Releasing Technique (SRT) est une approche visionnaire de la danse et du mouvement, développée par Joan Skinner (1924-2021) ; c'est une technique vaste, détaillée et raffinée. Elle est conçue pour trouver une plus grande aisance dans la danse, un alignement dynamique avec l'environnement, ainsi qu'un accordage fin avec notre corps et notre imagination. L'enseignement s'appuie fortement sur l'imagerie guidée et l'étude par le toucher avec un partenaire, favorisant une compréhension expérimentale du processus technique et créatif du mouvement. Il s'agit d'un réglage fin et continu qui nous permet de chuter consciemment dans des territoires créatifs inconnus. Nous nous permettons d'être en contact intime avec la perception interne du corps et de nous aligner sur quelque chose de plus grand que nous à travers l'écoute du corps. Lorsque nous dansons, guidés par des images qui invitent à traverser différentes couches de l'être, ces images nous bougent. L'imagerie poétique peut s'adresser à toutes les couches physiologiques, incluant le mystère des couches intangibles présentes.

L'écoute corporelle, les espaces intérieurs, la présence, la dynamique dans l'immobilité, la douleur et les permissions que l'on se donne, sont quelques-uns des aspects essentiels de la pratique du Skinner Releasing qui, en plus du processus de relâchement, soutiennent la possibilité d'agir dans ce qui est nouveau. La douceur favorise la libération de la force par l'efficacité et la réactivité. Permettre encourage l'écoute, d'abord de sa propre danse. De cette façon, nous devenons plus disponibles. Dans le travail technique et dans la création en danse, diriger et laisser faire se côtoient, tout comme l'action et l'immobilité, la réceptivité et l'ardeur de l'engagement. Joan Skinner dit : "Lâcher prise est une discipline". Il s'agit d'une pratique continue.

Dans cet atelier, le domaine principal d'attention sera la SRT. Nous établirons des liens tout au long de l'atelier pour expérimenter directement comment les principes et les pratiques de la SRT soutiennent l'improvisation et la création de danses sur le moment. Les thématiques qui pourraient être abordées sont par exemple : Comment la douceur et la disponibilité peuvent-ils affecter le timing ? Comment le sentiment d'être en contact avec votre moi intérieur peut-il affecter la façon dont vous vous reliez à votre environnement dans la danse ? Comment la présence peut-elle affecter la clarté ?

L'enseignement se fera en anglais avec une traduction simultanée si nécessaire.

*\* On pourrait traduire Skinner Releasing Technique par technique de relâchement, relâchement dans le sens de libération, il s'agit d'un processus.*



Photographer: Arnaud Beelen



**LILY KIARA (Amsterdam, NL) | artiste de la danse, facilitatrice, auteure-compositrice-interprète**

*La poésie et la tranquillité sont au cœur de mon travail; la poésie incarnée et la profonde tranquillité, que je travaille avec des musiciens en direct ou en silence, en groupe ou en solo. Je m'intéresse à la finesse et à l'accumulation des couches, au détail de la sensation et à la clarté de l'action. J'aime le mystère, qui fait clairement partie de la danse, tout en cherchant à rendre tangible quelque chose de l'intangible afin que nous puissions réellement pratiquer et travailler à travers le corps avec ce qui est au-delà du simple physique. Je suis intéressée à révéler ce qui se trouve dans l'espace, que la tranquillité soit amenée par le ou les danseurs au travers de la danse. Au théâtre, j'ai tendance à travailler dans des espaces dépouillés où il n'y a rien à cacher, où l'on se consacre à se relier à travers la richesse et les complexités du soi dansant et de tout ce qui vit constamment à l'intérieur.*

Lily Kiara a dansé son premier solo improvisé à l'invitation de son professeur de danse à l'âge de huit ans. Elle a commencé sa formation professionnelle à la School for New Dance Development d'Amsterdam (1990-1994), au Bennington College et à Movement Research à New York.

Par la suite, la Skinner Releasing Technique (enseignante certifiée depuis 2001), les arts martiaux et la formation en composition instantanée avec des professeurs tels que Julyen Hamilton et Lisa Nelson ont grandement influencé son travail et sa vision évolutive.

Le travail de son défunt professeur Suprpto Suryodarmo, Joged Amerta Movement à travers la pratique et les performances en Indonésie, continue de l'inspirer à beaucoup de niveaux.

En 2021, elle a obtenu son diplôme de thérapeute crânio-sacré biodynamique à Londres. Lily est également active en tant qu'auteur-compositeur-interprète de folk, en solo et avec ses groupes *The RIVER* et *The Tall Tales*.

Lily Kiara a donné des cours et des ateliers de Skinner Releasing Technique et de création de danses (instantanées), parfois en collaboration avec un musicien ou un éclairagiste. Elle a enseigné dans des studios indépendants, des compagnies, des festivals, des académies et des institutions artistiques à travers l'Europe, les Etats-Unis, l'Australie et l'Indonésie.

Elle guide également les artistes dans leur processus de création, en se mettant à l'écoute de ce qu'ils sont en train de faire et de ce qui pourrait les aider à le faire avec leur plus grand potentiel.

[www.lilykiara.nl](http://www.lilykiara.nl)



Photographer: Julie Nathanielsz

## INFORMATIONS PRATIQUES

- **Dates et horaires**

**Le stage a lieu du lundi 1er au vendredi 5 mai 2023**

Vous pouvez arriver au gîte le dimanche 30 avril, et quitter le samedi 6 en matinée. (Il est tout à possible de réserver des nuitées en amont ou aval des dates du stage.)

La pratique aura lieu entre 10h et 17h, 5h /jour. Ces horaires pourront être modulés par l'enseignante jour par jour.

**Le vendredi 5 mai Lily performera à 19h à Re.sources.** En ce sens, ce jour là, la pratique sera une longue matinée de 4h de pratique. Vous êtes bien sûr chaleureusement invités à la présentation en soirée.

- **Re.sources, lieu de pratique du stage Re.sources**

Une salle de 160 m2 avec plancher de danse, aménagée dans une ancienne bergerie située en moyenne montagne, à 900 m d'altitude, dans le cirque de Valcivières. Le lieu se trouve un peu au-dessus du village sur la route du Col des Supeyres, à 15' de la ville d'Ambert et à environ 75 km de Clermont Ferrand, de Saint-Etienne et du Puy en Velay et à 130 km du centre de Lyon.

- **Logement**

Le centre d'accueil « La Cheveyre », au coeur du village de Valcivières (à 10' à pied du lieu de pratique) dispose de chambres de 3 à 5 personnes avec douches. Ce gîte de groupe, que nous réservons pour le stage, est le logement le plus proche à pied et le moins onéreux. Vous pouvez consulter la liste des autres possibilités de logement à réserver individuellement sur la page web du site de Mû: <http://www.mu-pied.com/possibilites-de-logement-alentour.html>

- **Frais de stage**

260 euros comprenant 10 euros d'adhésion à l'association Mû (vous êtes ainsi couverts par l'assurance de l'association pour les accidents corporels). « Faibles revenus » : 240 euros comprenant également l'adhésion.

- **Repas**

Grande cuisine au gîte pour préparer les repas en gestion libre et/ou collectivement. Pour faciliter l'organisation, les courses seront faites en amont du stage pour ceux qui souhaitent cuisiner collectivement, en ce sens une participation financière de 60 euros est à prévoir.

- **Transport**

Si vous venez en transport en commun: Il vous faut arriver à Clermont-Ferrand ou à Vichy en train et là prendre un bus TER qui vous emmène à Ambert, comptez 1h30 à 2h de bus. Le train arrive à Montbrison (à 45' en voiture) avec une correspondance depuis St-Etienne. Nous vous enverrons la liste des participants pour organiser les éventuels co-voiturages.

- **Divers**

Pensez à prendre des vêtements chauds et confortables pour la pratique et les soirées qui peuvent être fraîches en montagne.

- **Inscription et réservation**

Date limite d'inscription le 15 avril 2023 ou dès que le groupe est au complet. Merci de remplir le formulaire en ligne accompagné du versement de l'acompte (voir page suivante). En cas d'annulation de votre part, remboursement des arrhes moins 30 euros de frais administratifs jusqu'à la date limite d'inscription, pas de remboursement pour des désistements après cette date. Quand le workshop est complet nous créons une liste d'attente.

## Inscription au workshop:

Merci de remplir le formulaire en ligne:

**<https://framaforms.org/registration-workshop-srt-improvisation-lily-kiara-1654693595>**

**Votre inscription est définitive à réception des arrhes de réservation**

Informations bancaires pour les virements Européens:

Association Mû

Credicoop

IBAN:FR7642559100000801346968696

Code BIC: CCOPFRPPXXX

## Réservation au gîte:

Le gîte collectif la Cheveyre est prévu pour le groupe. Vous pouvez y réserver votre place sur le formulaire en ligne

- Prix à la nuit: **15,5 euros**

Vous payerez vos nuitées directement au propriétaire du gîte - pas de carte de credit!

### Contact du gîte

Jean Paul et Odile Mullié

Gîte La Cheveyre

Le Bourg

63600 Valcivières

TEL: 04 73 82 31 92 MAIL: [mullie.jeanpaul@orange.fr](mailto:mullie.jeanpaul@orange.fr)

**Adresse du lieu de stage Re.sources, Lieu Dit La Moronie 63600 Valcivières (FR)**

**Organisation - Contact Mû association - Email: [pied.mu@gmail.com](mailto:pied.mu@gmail.com) - Tel : +33 (0)9 52 29 57 66**

**<https://www.mu-pied.com/>**

*Mu association est soutenue par la DRAC Auvergne - Rhône Alpes et la Communauté de Commune Ambert Livradois Forez*

