

**STAGE ESTIVAL
DU 21 au 24 AOUT 2019
DANS LE CADRE DE LA FORMATION CONTINUE ATI
AVEC CECILE RIST ET PETER NOBES**



Les 21 et 22 août (2 x 4h), Cécile Rist

"Je vous propose mon atelier "**au delà du bien et du mal**" : un atelier qui interroge la distance que nous instaurons nous-même entre le présent tel qu'il se manifeste à nous et le « bon » présent, celui où nous sommes plus libres, plus aptes, plus réceptifs, plus conscients, un présent riche de fantasmes qui nous prive partiellement de la richesse brute de l'instant donné.

Cet atelier je souhaite le déployer autour de la notion de "collaboration" et de sa mise en pratique. Ça m'intéresse personnellement de mener un atelier de ce type avec des étudiants en formation, de jeunes professeurs, mais aussi des professeurs aguerris, et je suis convaincue que chacun non seulement y trouvera son compte mais pourra ainsi faire bénéficier le groupe de la spécificité de son approche." **Cécile**

Cécile Rist a rencontré la technique Alexander à travers le théâtre. Elle est metteuse en scène et co-dirige depuis 15 ans la compagnie BordCadre. <https://bordcadre.jimdo.com/>

Elle est certifiée de la Technique Alexander (ATI) depuis 2012. En plus des séances individuelles, elle intervient régulièrement dans des écoles d'art dramatique ainsi qu'au conservatoire de Saint-Denis (93) auprès des élèves musiciens et danseurs, et de leurs professeurs dans le cadre de leur formation professionnelle. Elle est régulièrement invitée à enseigner au South Bank Alexander Center de Londres, l'école de formation dirigée par Peter Nobes .Le mouvement, l'espace, et la qualité du rapport à l'autre sont au cœur de la pratique théâtrale autant que de la technique Alexander. Dans sa façon de les aborder l'une comme l'autre, elle privilégie une approche ludique.
On apprend toujours mieux en s'amusant...

Les 23 et 24 août (2 x 4h), Peter Nobes

Technique Alexander – La Pleine Conscience en 3D.

"Pourquoi ai-je intitulé mon livre sur la Technique Alexander « Pleine Conscience en 3D » ? Nous croyons tous dans l'unité esprit/corps, mais si vous recherchez « la Technique Alexander » en ligne vous verrez principalement des références aux corps : « posture », « mouvement » et « mal de dos ». Où est passé la partie « esprit » ? Erika Whittaker disait que FM, à la fin de sa vie, était « fortement déçu » de voir que son travail devenait un travail corporel alors que pour lui il s'agissait de pensée.

Dans l'introduction de « FM Alexander : l'Homme et son Travail » Troup Matthews dit de Lulie Westfeldt « ...on réalisait que son équilibre venait d'une conscience du monde autour d'elle constante, aigüe .» N'est-ce pas ce que FM voulait dire quand il déclarait « l'esprit conscient doit être accéléré » ?

Dans mon enseignement depuis un quart de siècle j'ai trouvé que le meilleur moyen pour activer le Contrôle Primaire d'un élève est de lui demander de laisser son corps tranquille, comme dit Matthew, d'aiguiser sa conscience du monde autour de lui : de l'inviter à être dans une conscience tri-dimensionnelle.

Dans cet atelier, nous découvrirons comment changer notre conscience affecte nos corps. Nous expérimenterons comment enclencher le Contrôle Primaire sans utiliser les « Directions » et nous verrons des chemins pour amener nos élèves aux principes de la Technique Alexander sans "travail de chaise", "travail sur table ou au sol" ou « procédures » classiques." **Peter**

***Peter Nobes** enseigne la Technique Alexander depuis 1993. Il est établi au centre de Londres et a enseigné la Technique dans 13 pays et sur 3 continents.*

Son livre " Mindfulness in 3D – The Alexander Technique for the 21st Century " a été publié en 2018. Quand il n'enseigne pas, Peter construit des bateaux en bois puis il rame, pagaie et fait de la voile avec eux.

Teacher of the Alexander Technique, London UK. [020 7928 6378](tel:02079286378)

My book - Mindfulness in 3D, the Alexander Technique for the 21st Century

My latest video: The most effective option for back pain.

My website: alexandertech.co.uk

[Alexander Technique teacher training](#)

[My Blog: Zen for our Time](#)

L'atelier de Peter sera traduit en français par Cécile.

LIEU: Chez Gilles Estran à Abzac, près de Bordeaux

TARIF :

Coût pour les 4 jours : 60 euros (minimum 10 personnes).

Nous vous demandons **30 Euros d'arrhes** pour confirmer votre participation, de façon à avoir une visibilité sur le nombre d'inscrits, à [envoyer directement à Maryse par chèque à l'ordre de ATI France](#) :

Maryse Berninet

22 Rue d'Agen

33800 Bordeaux

Pour l'hébergement et la nourriture : 20 euros par jour.

Le stage se déroulera de **9h à 13h**, et les après midi seront dédiés au farniente, à la piscine et/ou à des échanges informels entre nous! Il sera aussi l'occasion de **temps pour le sponsoring** de futurs professeurs.

Ce stage est ouvert à **tous les professeurs et aux élèves en dernière année de formation d'ATI France.**

Merci aux différentes écoles de divulguer cette information à vos élèves de dernière année, qui ne sont peut-être pas encore adhérents d'ATI France, et qui donc ne figurent pas dans nos fichiers

D'avance merci pour vos réponses rapides.

Maryse et Xavier