



# Continuum Movement

## Jungle Gym

## Fascial Flow

Vous souhaitez explorer le mouvement fluide ?

Vous croyez en la nature créative innée du corps humain ?

Vous recherchez un espace pour simplement être dans votre corps en sécurité aussi profondément et organiquement que possible ?

Le Continuum est une approche de la dynamique fluidique du corps, de l'existence et du changement. C'est une connexion avec notre bio intelligence. Il s'agit d'une exploration sur les possibilités infinies de développement de l'évolution d'un être humain.

Nous vous proposons ces **workshops d'automne**, alliant Continuum, Jungle Gym et Fascial Flow pour plonger ensemble dans l'univers fluide et déployer l'inexploré.

Vos enseignantes sont **Tatiana Galibus**, professeur de Continuum Movement, danse et yoga et **Anne Sophie Anciaux**, professeur de Fluid Yoga, Continuum et Fascial Flow : <https://www.asanciaux.com/>

## **Dimanche 5/11**

Continuum Movement et Jungle Gym - Vague primordiale

Dans cet atelier, nous plongerons dans notre anatomie primordiale et explorerons l'inclusivité des espèces - l'empreinte inhérente incarnée de notre évolution, le souffle, la voix et le plaisir d'être bio intelligence. Le mouvement ondulatoire du Continuum est le principal accès à notre bio-intelligence qui n'est pas limité par le temps, l'espace ou les conditions extérieures.

Le Jungle Gym explore l'essence de la primordialité dans une ambiance dynamique et ludique. Il redéfinit les notions de forme physique, de force, de tonicité et de flexibilité.

## **Dimanche 3/12**

Continuum Movement et Fascial Flow - Déambulation sous la peau

Dans cet atelier, nous explorerons la fluidité fascinante des fascias ou du tissu conjonctif. Le fascia est un continuum en soi reliant notamment les muscles, les os et les tendons. Il apporte souplesse et soutien à notre corps. Plonger dans les fascias, sous la peau, trouver des chemins mystérieux de mouvement fluide et de vitalité. L'exploration du Continuum sera approfondie par le Fascial flow - une approche sensorielle de la posture et du mouvement, basée sur : la conscience du corps, la stabilité de la posture, l'orientation du corps dans l'espace et notre relation au monde.

**POUR QUI** : danseurs, explorateurs, chercheurs somatiques, pratiquants de yoga, toute personne souhaitant trouver le chemin vers votre continuum fluide.

**LIEU** : SALLE RÉSONANCES, Rue Jean Robie 35, 1060 Saint-Gilles.

**HORAIRE** : 11h-18h (pause repas de 14h à 15h)

**PRIX PAR ATELIER** : 60 euros

***CONTACT ET INSCRIPTION*** : [tan2tan@gmail.com](mailto:tan2tan@gmail.com), Tatiana Galibus