

THOMAS Jean-Claude

Somato-thérapie intégrative

Tour à tour artiste de rue et artiste peintre, la rencontre avec le monde de la danse contemporaine en 2001 tire un trait d'union entre ces deux formes d'expression. Conscience, présence et amplitude du geste. Profondeur et intensité de l'engagement. Ancrage et mouvement improvisé revivifient l'art du mime et des couleurs.

Formé en 2012 à la **Somato-psycho-pédagogie perceptive**, approche corporelle de développement personnel basée sur l'écoute des mouvements tissulaires et initiée par Danis Bois, Fascia thérapeute, et Eve Berger, psychomotricienne.

Domicilié à Ploemeur, Jean-Claude Thomas propose depuis un accompagnement à visée thérapeutique où freins et obstacles à la libre expression de soi trouvent un point d'appui dans la sollicitation des ressources inexploitées du corps.

« **Mouvements de corps** » forment un ensemble d'ateliers thématiques où il nous convie à explorer le rapport à soi, à l'autre, à l'espace et notre engagement dans le « aller vers », articulant cette proposition autour de pratiques posturales dynamiques et scénettes d'improvisation. Méditation introspective et temps de partage seront de la partie.

Premier atelier : dimanche 21 octobre, « **Se rencontrer** ». Une démarche sensible dans le dire, le ressentir et l'agir.

De 10h30 à 12h30. 20 € + 25 € d'adhésion à l'association « En forme de Lotus ».

Tenue souple conseillée – prévoir de quoi boire et grignoter.