



## FORMATIONS EN MEDIATION CHOREGRAPHIQUE

Association selon la loi 1901 / SIRET : 320 45 97 61 000 21 / N° F.P. 11750149375  
Direction : Christiane de ROUGEMONT

### ANATOMIE APPLIQUEE AU MOUVEMENT

DUREE **48 heures**

DATES **Du 18 septembre 2018 au 18 juin 2019**

JOURS ET HORAIRES **Les mardis de 13h30 à 16h30 hors vacances scolaires**

ORGANISATION **16 ateliers de 3 heures**

### OBJECTIFS

Permettre aux danseurs et praticiens du geste de comprendre les mécanismes du fonctionnement corps en mouvement et connaître les principales pathologies liées à une mauvaise application du mouvement

### DEROULEMENT

Chaque séance comprendra l'apport de connaissances théoriques et des exercices pratiques permettant l'intégration sensorielle et en mouvement des apports théoriques. Elles seront accompagnées de visuels (planches anatomiques), de matériel (moulages), et de séances de repérage à l'aide de coloriages dans le livre « Anatomie pour le mouvement » Tome 1 – Blandine Calais Germain – Ed. Désiris

### LIEU DES COURS

Espace Danse Gambetta  
64 rue Orfila – 75020 PARIS

### COUT DE LA FORMATION

**Inscription Free Dance Song = 35 euros**

**Frais de dossier et évaluations = 40 euros**

#### Frais pédagogiques

Première partie (21h) = 252 euros

Deuxième partie (27h) = 324 euros

Programme complet (48h) = 480 euros

PROFESSEUR

Hélène TODOROVITCH

Analyste du Mouvement, D.E. de Professeur de Danse Contemporaine

PROGRAMME :

**A. Du 18 septembre au 18 décembre :**

18 et 25 septembre, 9 octobre, 6 et 20 novembre, 4 et 18 décembre

– Généralités : les différents tissus du corps humain, les articulations, les grands systèmes du corps humain.

– La colonne vertébrale : les disques intervertébral, les ligaments, la structure des vertèbres en fonction des étages, les pathologies.

– Les muscles postérieurs du tronc et de la colonne.

*Evaluations le 18 décembre 2018*

**B. Du 15 janvier au 18 juin 2019 :**

15 et 29 janvier, 12 février, 12 et 26 mars, 9 avril, 21 mai, 4 et 18 juin

– Le membre supérieur : épaule – bras – coude : ostéologie, arthrologie et muscles.

– Le membre inférieur : hanche – cuisse – jambe – pied : ostéologie, arthrologie et muscles

– Le thorax : muscles abdominaux et cinétique de la respiration.

– Le système nerveux et le système digestif.

– Périnée

*Evaluations le 18 juin 2019*

**NB CHAQUE ÉTUDIANT DEVRA SE PROCURER AVANT LE 1ER COURS**

- *LE LIVRE : « ANATOMIE POUR LE MOUVEMENT » TOME 1*

*de Blandine Calais Germain (éd. Desiris) en vente à la FNAC*

- *De quoi prendre des notes*

- *Des crayons de couleur (minimum : bleu-rouge-jaune)*

- *Une tenue souple et confortable pour les pratiques.*