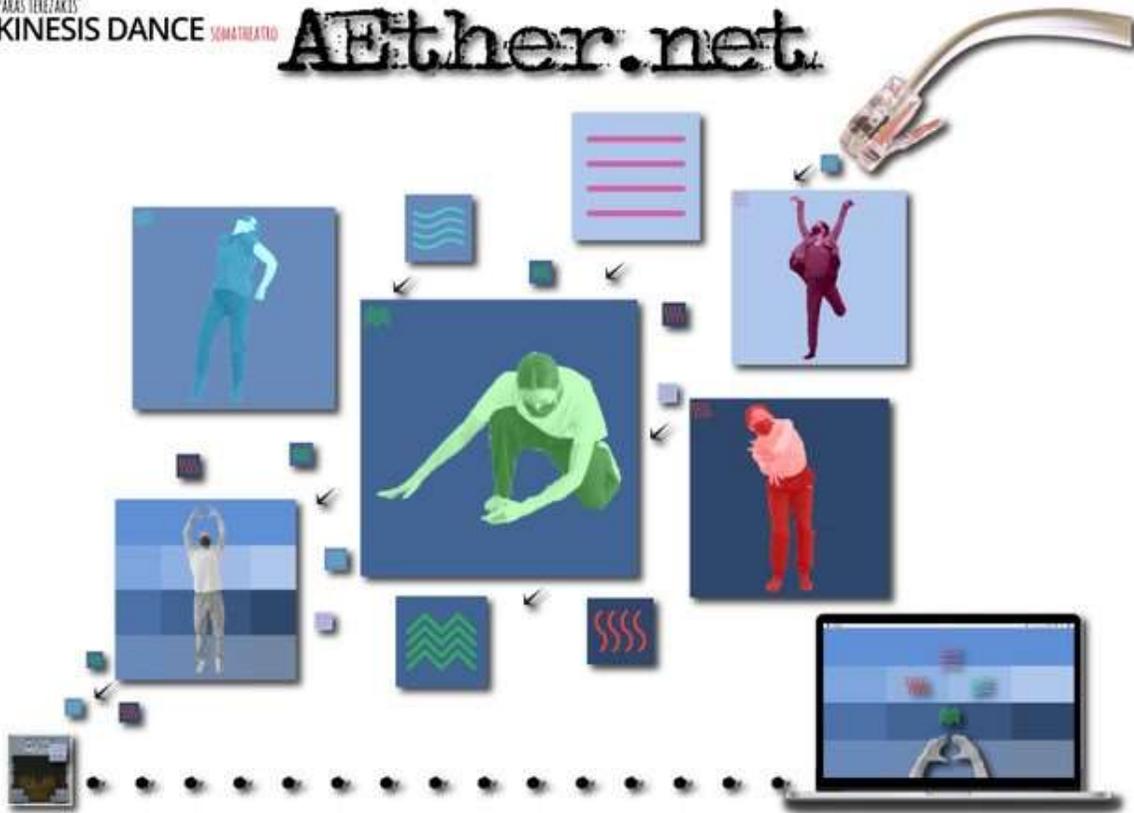


PARAS TEREZAKIS
KINESIS DANCE SOMATHEATRO

AEther.net



Un projet de danse à engagement communautaire

Eau - Terre - Feu - Air - Éther

Aidez-nous à propager une épidémie dansante !

Ouvert à tous, tous âges, physiques, origines, identités de genre, orientations, facultés...

Amusez-vous ! Restez prudents !

Regarde - Apprends - Reproduis - Enregistre - Partage



Kinesis Dance Society
Level 6 – 677 Davie Street, Vancouver BC, V6B 2G6
Tel: 604 684 7844 Fax: 604 606 6401
Email: info@kinesisdance.org Website: www.kinesisdance.org
Registered Charitable Organization: #118981448RR0001
Donate: <https://www.canadahelps.org/en/charities/kinesis-dance-society/>

Lignes directrices : Eau

1. Regarde :

Vous avez reçu une vidéo et ces lignes directrices. Regardez la vidéo, lisez ce document.

2. Apprends :

A partir de la vidéo que vous avez reçue, apprenez la chorégraphie d'une minute. Si cela vous aide, vous trouverez à la page suivante la chorégraphie mise à l'écrit par nos danseurs.

3. Reproduis :

Gardez les mouvements proches de l'original, mais soyez libres d'adapter la danse à vos propres facultés/capacités, ainsi qu'à votre pratique artistique.

4. Enregistre :

Avec votre téléphone portable, filmez-vous en train de danser la chorégraphie.

Contraintes :

- Filmez-vous près de quelque chose qui, pour vous, représente l'eau. Laissez libre cours à votre imagination. Exemples : par un jour de pluie, dans votre baignoire, l'eau coulant du robinet de votre évier, les pieds dans la mer, sous votre système d'arrosage...
- Filmez avec votre téléphone portable en orientation paysage
- La taille maximum de votre vidéo doit être 2GB



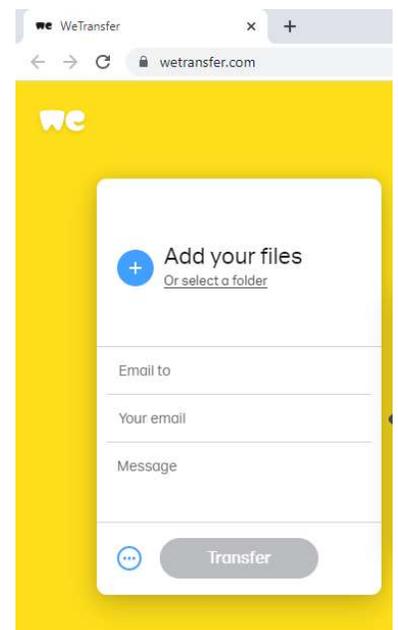
5. Partage

Envoyez votre vidéo ainsi que ces directives à deux membres de votre famille, amis, collègues, voisins, connaissances, et demandez-leur de participer à ce projet. (Conseil : vous pouvez utiliser le mode de transmission par WeTransfer comme décrit ci-dessous)

6. Partagez avec nous avant le 30 septembre

Envoyez-nous votre vidéo :

- Allez à www.wetransfer.com
- Cliquez sur "Add your files/Ajoutez vos fichiers" et sélectionnez votre vidéo
- Dans le champ "Email to/à" entrez info@kinesidance.org
- Dans le champ "Your email/Votre email" entrez l'adresse email à laquelle nous pouvons vous joindre.
- Dans le champ "Message" écrivez votre nom complet, le nom de la personne qui vous a invité à participer, la ville/le pays d'où vous venez et/ou où vous vous êtes filmé-e-s, si vous vous identifiez comme membre d'un ou plusieurs groupe-s minoritaire-s (autochtone, personne racisée. LGBTQ2S, personne en situation de handicap).



Eau : Description des mouvements

1. En commençant par le pied droit, faites 4 pas en avant.
2. Tout en marchant, balancez vos bras d'un côté et de l'autre, comme le mouvement des vagues : lorsque vous avancez votre pied droit, votre bras droit monte par le côté au-dessus de votre tête et votre bras gauche va devant vous ; lorsque vous avancez le pied gauche, bras gauche en haut, bras droit devant, etc.
3. Après 4 pas en avant, votre pied gauche fait un pas sur le côté.
4. Vos bras (bras droit au-dessus du gauche) font un mouvement de remous (un peu comme si vous mélangiez les pièces d'un puzzle devant vous).
5. Votre bras droit va ensuite faire un arc de cercle : en partant de la gauche et passant au-dessus de votre tête il redescend sur votre côté droite coude en premier.
6. En partant sur la droite faites un pas de côté, ramenez votre pied gauche devant votre pied droit, 4 fois.
7. Puis partez de l'autre côté, mais cette fois en croissant le pied droit devant, derrière, devant, derrière. 4 temps.
8. Envoyez ensuite votre jambe gauche en haut croisée devant vous, puis la droite, un peu comme du French Cancan, mais en restant le plus fluide possible. Répétez 4 fois (2 fois de chaque côté).
9. Puis, salsa rapide sur place : pas en avant, les orteils touchent le sol, pas en arrière et répétez en ondulant les hanches et gardant les bras fluides.
10. Faites ensuite un pas en arrière avec votre jambe droite. Lorsque votre pied gauche rejoint votre pied droit, lancez vos bras vers le haut, puis avancez en petit pas rapide dans une petite menée et relâchez vos bras vers le bas, en laissant le haut de votre corps suivre le mouvement.
11. Redressez-vous. Votre coude gauche part sur le côté : imaginez un fil attaché à votre coude gauche, et que quelqu'un tire sur ce fil. Répétez trois fois.
12. En commençant par le genou, levez votre jambe gauche : imaginez un jet d'eau poussant votre genou à l'avant et vers le haut pas l'arrière. Utilisez tout votre corps ainsi que vos bras pour accentuer le mouvement d'ondulation/remous.
13. Le corps légèrement penché vers l'avant, fluide, les genoux pliés, vos deux bras vont ensuite onduler de gauche à droite au niveau de vos genoux. Après 4 temps, vos bras répètent ce mouvement mais cette fois au-dessus de votre tête. Imaginez que vos bras sont une algue portée par les flots, ou encore un cerf-volant au vent.
14. En gardant les bras en l'air mais pliés, en descendant les coudes à hauteur d'épaules, les poings fermés, faites de petits sauts tout en changeant la direction de vos pieds à chaque "atterrissage" (comme si vous essayiez d'enfuir vos pieds dans la terre chaque fois que vous touchez le sol). 6 temps.
15. Tout en sautant, faites entendre un "HA", d'abord pas très sonore puis de plus en plus sonore, comme si votre voix était les vagues de l'océan s'écrasant sur de gros rochers.
16. Tournez ensuite votre corps vers la gauche et lancer un mouvement d'ondulation qui part du ventre, d'abord petit, puis de plus en plus grand, et fini par jeter votre jambe vers l'avant. Même chose à droite. Comptez jusqu'à 6 pour chaque côté.

**Rappelez-vous, que vous pouvez adapter la danse à vos capacités,
ainsi qu'à vos propres pratiques artistiques !**

Amusez-vous !

Musique "Zhar" d'Acid Arab, disponible sur Youtube ici : <https://www.youtube.com/watch?v=6lfWFCwCUII>

Et ensuite ?

A partir des vidéos que nous aurons reçues, Kinesis Dance somatheatro produira un montage vidéo qui sera rendu disponible gratuitement en ligne, sur notre site internet, ainsi que dans certains espaces publics canadiens.

L'année prochaine, lorsque les restrictions dues au Covid-19 seront derrière nous, nous vous inviterons, si vous le souhaitez, à célébrer la fin de la pandémie avec nous : nous organiserons une procession d'Aether.net dans la région du grand Vancouver. Plus de détails à venir !

Droit à l'image

En participant à ce projet, vous autorisez, à titre gracieux, Kinesis Dance à utiliser votre image (et celle de votre habitation s'il y a lieu) dans un montage vidéo qui sera disséminé en ligne et dans l'espace public. Kinesis Dance se réserve le droit d'utiliser ces images à des fins de promotion de ses activités.

En participant à Aether.net et en partageant votre vidéo avec Kinesis Dance vous renoncez à inspecter ou approuver la vidéo finale. Vous renoncez également à toute compensation liée à l'utilisation de cette image.

Note additionnelle

Tous les participants au projet doivent faire parvenir leur vidéo à Kinesis Dance avant le 30 septembre 2021. Pour que la "contamination" puisse fonctionner, nous aimerions vous demander de ne pas trop tarder à faire les étapes 1 à 6 après avoir reçu l'invitation, pour que la ou les personnes après vous aient également le temps de participer.

Reconnaisances et remerciements

Nous tenons à reconnaître que Kinesis Danse somatheatro crée et opère sur les territoires ancestraux, traditionnels et non cédés des peuples Salish du littoral, y compris les territoires des nations Musqueam, Squamish and Tsleil-Waututh.

Par sa nature, notre projet pourrait se propager au-delà de ce que nous appelons le grand Vancouver (et peut-être même au-delà des frontières canadiennes). Nous aimerions prendre un moment pour reconnaître les Premiers Peuples des tous les territoires sur lesquels les participants à ce projet vivent.

Ce projet est rendu possible avec le soutien financier de la province de Colombie-Britannique, la ville de Vancouver ainsi que grâce à nos donateurs, partenaires et membres. Merci à tous.

Merci également à Versatile Records et les artistes d'Acid Arab de nous permettre d'utiliser leur musique.