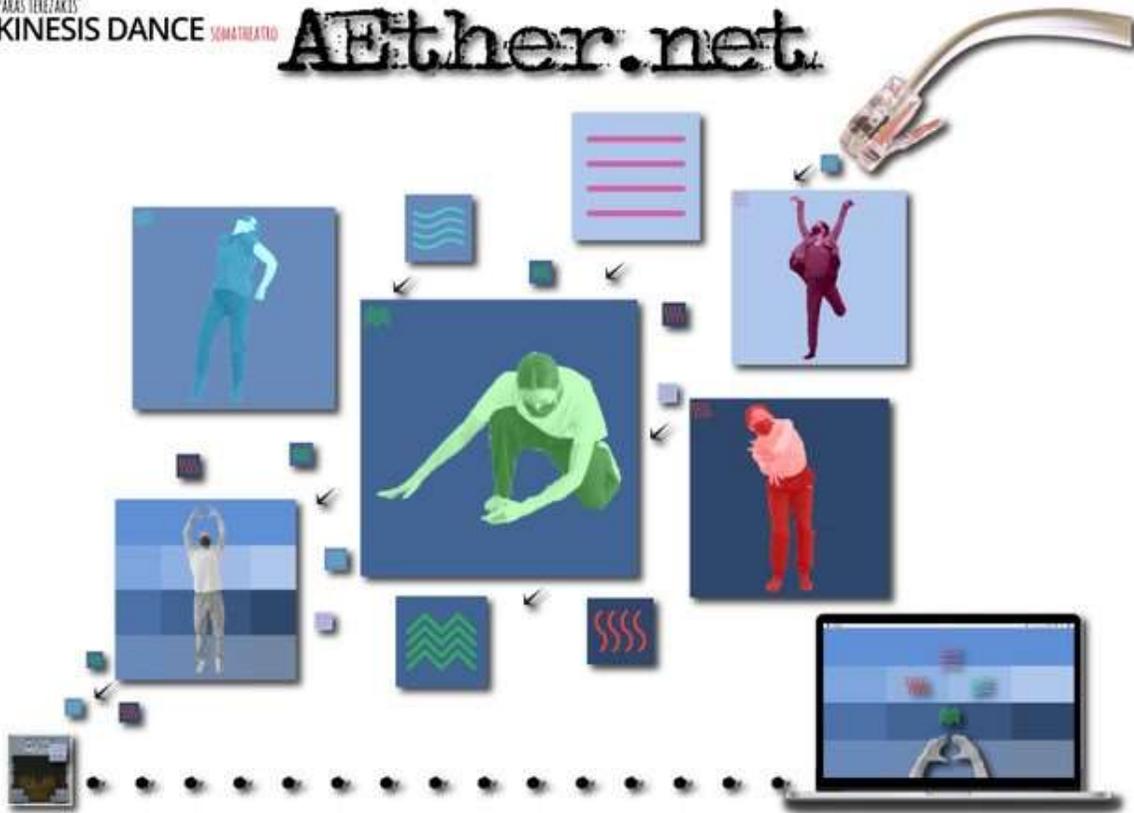


PARAS TEREZAKIS
KINESIS DANCE SOMATHEATRO

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 : Feu

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 le feu. Laissez libre cours à votre imagination. Exemples : devant votre cheminée, à côté de votre BBQ, à la lueur d'une bougie...
- Filmez avec votre téléphone portable en orientation paysage
- La taille maximum de votre vidéo doit être 2GB



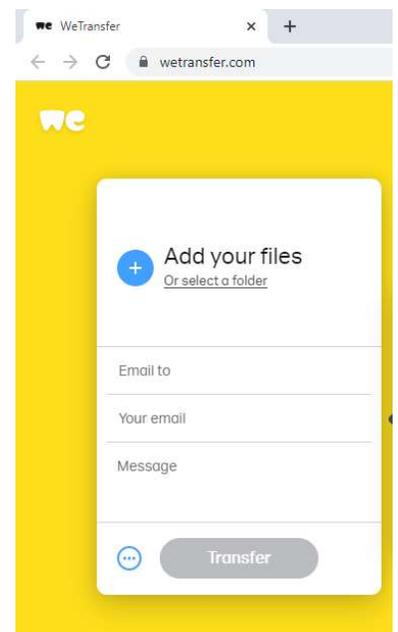
5. Partage

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@kinesisdance.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).



Feu : Description des mouvements

1. Tenez vos poings comme s'ils étaient posés sur une table, petit-doigt vers le bas. Levez les poings et rabaissez-les à gauche de cette table imaginaire, même chose à droite, puis à gauche, puis à droite... vous allez répéter ce mouvement 8 fois en tout. Pour aller d'un côté puis de l'autre vos poings bougent le long d'une arche.

2. En commençant le corps penché vers la droite, vos deux poings tournent l'un autour de l'autre (les cercles vont de votre corps vers l'extérieur). On fait ce roulement des deux poings sur les 8 prochains temps. Tous les deux temps, vous changez de côté : roulez vos poings 2 temps sur la droite, 2 temps sur la gauche, 2 temps sur la droite, 1 temps sur la gauche et au huitième temps, recentrez vos poings sur votre poitrine, les paumes faces à votre corps, les phalanges des doigts des deux mains les unes contre les autres.

3. Pour le mouvement suivant, imaginez que votre torse a des portes qui s'ouvrent depuis le centre. Vos poings sont ces portes. Pliez les poignets pour que vos poings s'ouvrent et exposent votre poitrine, puis ramenez-les en position comme si vous fermiez les portes. Ce mouvement est répété 8 fois. Ce faisant, la position des poings change de hauteur sur votre torse. D'abord au milieu de votre poitrine, puis un peu plus haut, puis au niveau de l'estomac, enfin retour au centre. Refaire le tout une seconde fois.

4. Maintenant vos poings sont comme collés ensemble aux phalanges, et vont former un cercle autour de votre torse. Commencez en bas à gauche, remontez par la gauche jusqu'en haut de votre poitrine, puis redescendez par la droite. Ce mouvement circulaire est répété quatre fois. Le mouvement est d'abord rapide et plein d'énergie, vous n'utilisez qu'un seul temps pour faire la première moitié du cercle jusqu'en haut, puis ralentissez et prenez trois temps pour dessiner la seconde moitié du cercle jusqu'en bas.

5. Pour le mouvement suivant, imaginez que vous ouvrez les bras pour embrasser quelqu'un, au dernier moment, les poings se recollent l'un à l'autre loin devant vous. Répéter 4 fois.

6. Vos poings vont maintenant de haut en bas, coupant l'espace devant vous. Commencez par monter le poing droit tout en abaissant le poing gauche. Vos coudes restent près de votre torse. 8 fois. On répète le tout pour 8 temps supplémentaires, mais cette fois plus grand : vos coudes se décollent de votre torse, libérez le reste de votre corps et laissez-le suivre le mouvement.

7. Pour les 8 temps suivants, vos mains bougent rapidement devant votre torse : petits mouvements imprédictibles, vos doigts bougent également, assez rapidement. Imaginez que vos mains sont de petites flammes qui tremblotent et font des étincelles.

8. Les poignets collés l'un à l'autre, les paumes ouvertes devant vous face au public, les doigts ouverts et écartés, comme pour créer une fleur. Faites un mouvement de rotation qui part des avant-bras, laissez votre corps suivre le mouvement. Pour les quatre premières rotations, vos mains sont loin du corps. Pour les 4 suivantes, ramenez vos mains près de votre torse.

9. Ramenez maintenant vos deux poings l'un face à l'autre : le bas de vos paumes et vos doigts fermés collés ensemble. Imaginez un charmeur de serpent : vos deux poings forment la tête du serpent qui oscille en un mouvement ascendant vers votre tête sur 4 temps, puis descendant sur 4 temps pour revenir au niveau de votre torse.

10. Pour le prochain mouvement, ouvrez vos mains et vos doigts : une main par dessus l'autre, placez-les ensuite près de votre oreille gauche, puis la droite, et ainsi de suite 7 fois. Ce faisant, votre corps réagit en se tournant légèrement dans la direction opposée.

11. Au compte 8, vos poings reviennent en un mouvement rapide au centre de votre poitrine : vos phalanges se touchent, le dos de vos mains face au public.

**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.