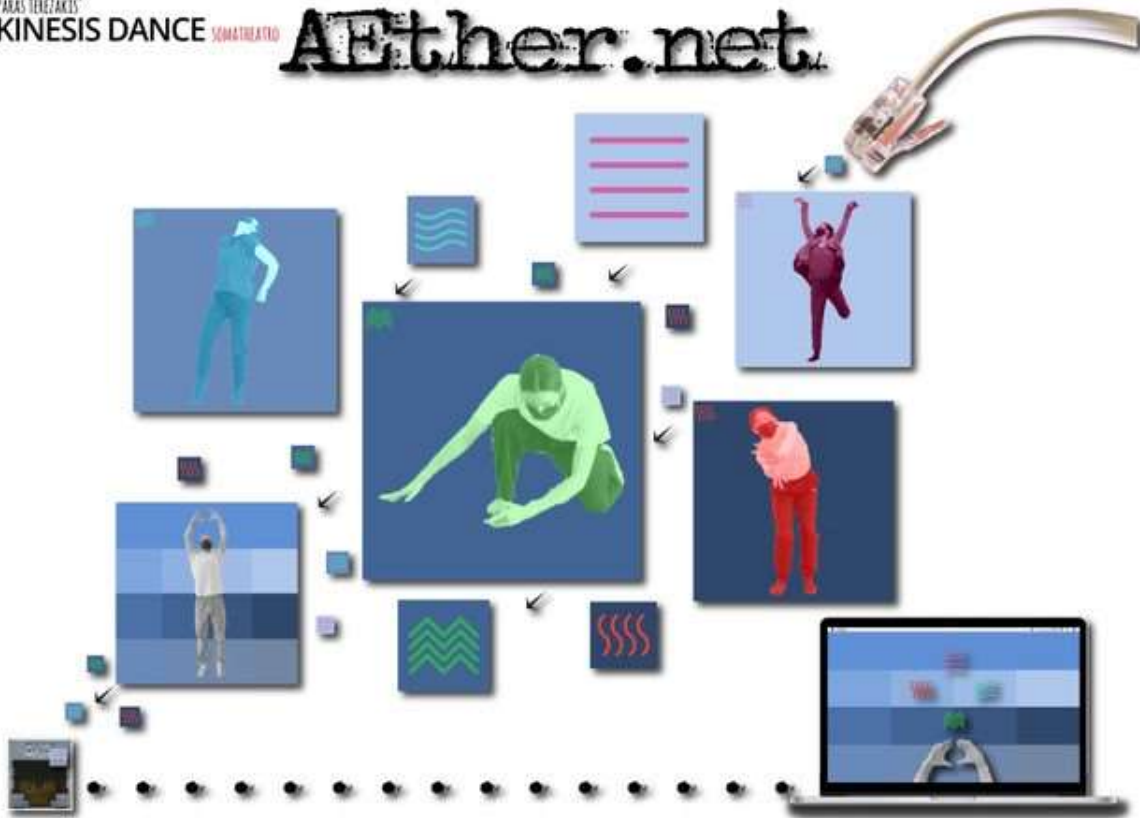


PARAS TEREZAKIS
KINESIS DANCE SOMATHEATRO

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 : Terre

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, 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 la Terre. Laissez libre cours à votre imagination. Exemples : dans votre jardin, les pieds dans le sable, dans la boue...
- Filmez avec votre téléphone portable en orientation paysage
- La taille maximum de votre vidéo doit être 2GB



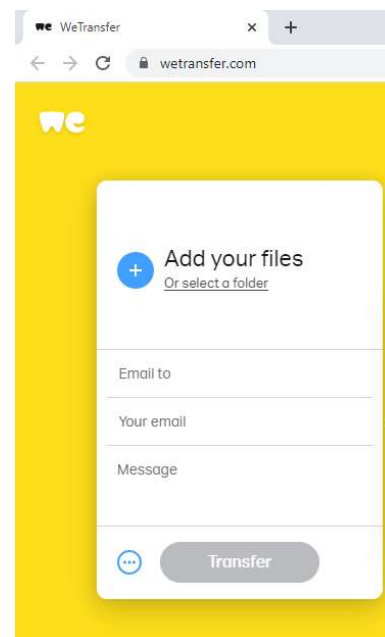
5. Partage

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).



Terre : Description des mouvements

1. Avec les doigts qui se touchent, les bras arrondis devant vous, avancez puis ramenez les bras vers vous dans un mouvement circulaire de haut en bas. Répétez 3 fois.
2. La quatrième fois, inversez le sens du mouvement.
3. Les doigts se touchent toujours, les bras continuent le cercle en direction de la diagonal en haut à droite, puis descendent en bas à gauche en faisant un 8, remontent au-dessus de la tête, se recentrent devant vous.
4. Dans un mouvement d'aviron (les doigts se touchent toujours, les bras sont toujours arrondis), ramenez les bras en diagonale au-dessus du genou qui se lève : jambe droite, jambe gauche, droite, gauche, tout en tournant sur vous-même.
5. Envoyez les mains loin de chaque côté (à hauteur des épaules) et ramenez-les aussitôt.
6. La pointe de votre pied droit avance en diagonal et touche le sol devant votre pied gauche. Pendant ce temps, claquez des doigts des deux mains à côté de votre visage au niveau de votre œil droit. Faites la même chose jambe gauche, doigts à gauche du visage, puis encore à droite.
7. Petits sauts bondissants, comme si vous étiez sur un trampoline, les bras se balancent naturellement de chaque côté. 8 sauts. Au 8e saut, jetez les bras vers le haut en criant HA. Répétez.
8. Comptez jusqu'à 8 avec les pieds qui glissent sur le sol, en faisant claquer vos doigts rapidement au-dessus de votre tête, vous pouvez tourner, changer de direction, célébrer... Répétez.
9. Ramenez vos pieds l'un contre l'autre, les genoux pliés, les mains sur les cuisses. Comptez jusqu'à 8 avec les genoux qui vont d'un côté et de l'autre, comme si vous faisiez du ski. Répétez.
10. Les genoux pliés, les jambes écartées, avancez le pied droit, puis le pied gauche, reculez le pied droit, puis le pied gauche. Tournez sur vous-même en faisant 4 pas en partant par la droite : pied droit, gauche, droit, gauche.
11. Faites glisser le pied droit dans un mouvement de coup de pied vers l'arrière pour le déposer devant vous. Ce faisant, claquez des doigts en étendant les bras sur les côtés à hauteur des épaules.
12. Descendez doucement vers le sol.
13. Faites comme si vous faisiez un tas de terre devant vous.
14. Mettez votre poids sur vos mains au sol devant vous.
15. Faites passer votre poids sur la main gauche derrière vous. Le bras droit s'étend vers le haut en diagonal depuis l'épaule.
16. Levez-vous en vous appuyant sur votre bras gauche, et levez vos deux bras en l'air devant vous.
17. Petit mouvement des épaules, tout en se penchant légèrement vers l'arrière.

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.