

# En attendant l'hiver...Les Hivernales sèment la danse toute l'année



On connaît Les Hivernales, magnifique festival de danse au cœur de l'hiver en février ; « On (y) danse aussi l'été ! » temps fort pendant le Festival d'Avignon. Mais le [Centre de Développement Chorégraphique National](#) (CDCN) ne se contente pas de diffuser des spectacles, il a également pour mission de sensibiliser à l'art chorégraphique les publics de la maternelle à l'université (dans le temps scolaire) et au-delà pour le grand public avec des ateliers de pratique.

## Des ateliers réguliers

Atelier hebdomadaire de Munz Floor avec Anaïs Lheureux.

La méthode Munz® Floor ? des mouvements sphériques qui ont des impacts immédiats sur tous les types de corps, ils sont durables sur les tissus profonds car il n'y a pas de manipulation externe. Doux et intense à la fois, Munz® Floor est une solution radicale contre les maux de dos.



Ecrit par Michèle Périn le 3 novembre 2023

**Tous les mardis de 12h30 à 13h30. Infos & réservation : [anaislheureux.com](https://anaislheureux.com)**

### **Danse immersive électro avec Nans Pierson**

Une fois par mois, venez danser sur de la musique techno/électro ! Laissez-vous porter par les fréquences et les variations rythmiques afin de vivre une expérience physique et sensorielle. Après un échauffement commun guidé à la voix, vous aurez ensuite libre cours à votre imagination ou de vous inspirer des mouvements des autres. Et pour redescendre en douceur, l'atelier se terminera par une petite relaxation.

**Jeudi 16 novembre 18 h 30 à 20 h. 10€. réservation nécessaire. 04 90 82 33 12. [hivernales-avignon.com](https://hivernales-avignon.com)**

### **Des résidences d'artistes avec des sorties de résidence mensuelle ouverte au public**

La prochaine sortie de résidence permettra de rencontrer le chorégraphe Youness Aboulakoul avec sa création AYTA, un cri de protestation et un appel à la résistance, une manifestation chorégraphique destinée à six interprètes-femmes.

**Vendredi 15 décembre. 19h à 20h. Entrée libre sur réservation. [accueil@hivernales-avignon.com](mailto:accueil@hivernales-avignon.com) 04 90 82 33 12.**