

# Sommaire

I. CARTOGRAPHIE DU CORPS	1
Pour entrer dans la matière : images anatomiques (tête, colonne, respiration, bras, jambes et système nerveux)	
II. IMPROVISATION	43
Explorer le corps et ce qui l'entoure, par le mouvement : échauffements seul, travail par deux ou en groupe et sur l'espace, stratégies pour entrer, utilisations du langage et du récit	
III. PAYSAGES	113
Définir un cadre : objets, ensembles d'objets, dispositions, dimensions, corps, matériaux, lieux, contextes, lumière, sons	
IV. VERS LA PRÉSENTATION PUBLIQUE	193
À partir du travail d'improvisation, aboutir à une création	