



## L'ARCHIPEL

### *centre de danse et lieu de rencontres et d'explorations artistiques pour toutes et tous*

*Véronique Filiol, danseuse professionnelle et passionnée, questionne sa pratique et se renouvelle sans cesse. Ainsi, son studio de danse situé au centre-ville de Villefranche évolue à son image, intégrant d'autres pratiques artistiques et un espace d'exposition.*

#### **L'Archipel : un centre de danse...**

Véronique a créé ce studio de danse pour imprimer une pédagogie en lien avec ses valeurs :

- rendre la danse accessible à toutes et à tous dans la bienveillance,
- travailler le dépassement de soi grâce à l'énergie collective, et non la performance individuelle.

Les cours de danse s'adaptent aux âges et aux envies: éveil pour les plus jeunes, barres au sol, pointes et classique pour progresser techniquement, contemporain, modern jazz, et flamenco avec Viviane.

La chorégraphie et les expériences scéniques faisant partie intégrante de sa vision de la danse, elle a créé deux compagnies amateurs pour les adolescentes et les adultes : Créa Danse.

#### **et un lieu du développement du corps et de l'esprit.**

Pour Véronique « La danse permet d'exprimer avec le corps ce qu'il est difficile de dire avec les mots. » La danse est un moyen de vivre, de cheminer et gagne à être complétée par d'autres pratiques. Véronique donne également des cours de yoga et de Pilates.

#### **D'autres cours sont proposés :**

- Le Qi Gong Yang Shen, avec Valérie : « C'est une pratique de bien être aidant au lâcher prise et à l'apaisement de l'esprit. Cette méthode vous invite à aller vers un état de détente qui favorise une libre circulation de notre énergie interne, de notre vitalité. »

- Le Munz Floor avec Florence. Cela se pratique allongé au sol. Les mouvements sphériques massent de l'intérieur, en sollicitant les fascias.

#### **L'Archipel : lieu d'exploration théâtrale...**

Un cours de théâtre amateur basé sur le chant et animé par la comédienne Camille Neymarc s'adresse aux enfants et aux ados. Le Collectif Terrain Vague propose un théâtre basé sur l'improvisation, pour les ados et les adultes.

#### **... et de créations artistiques**

Avec Christine, les adultes peuvent réaliser des créations design, artistiques et utiles, à travers de projets communs et individuels.

#### **L'Archipel : espace d'échanges et de partage !**

L'Archipel s'est enrichi d'un espace d'exposition pour les artistes souhaitant échanger autour de leur art : cela entre en résonance avec les autres arts développés dans ce lieu.



## J'ai testé pour vous

UN ATELIER EXPLORATIONS SENSORIELLES

Par Jeanne Brunson

Par un samedi gris d'hiver, je me rends à l'Archipel, à deux pas de la rue Nationale. Valérie et Véronique accueillent les 20 participants, sourire aux lèvres, dans un halo d'huiles essentielles. Le studio de danse est transformé en espace zen.

Chacune nous explique sa « partie » : le yoga pour Véronique, le qi gong pour Valérie. L'échauffement commence, alternant étirements dynamiques de yoga et fluidité du qi gong. J'ai chaud !

Le duo continue de dérouler le programme : on enlève les tapis pour effectuer des déplacements dans toute la salle, avec des arrêts en position d'équilibre. L'effet de groupe est stimulant, j'ai l'impression de faire partie d'une nuée d'oiseaux décrivant un même mouvement. Fluidité, équilibre, fluidité, équilibre... L'équilibre est compliqué à tenir pour moi, mon esprit s'emballe, mais avec la répétition des mouvements, mon cerveau lâche.

On remet les tapis en place pour un temps de respiration « Pranayama » avec des huiles essentielles. Véronique et Valérie nous guident dans les respirations, et à nouveau je lâche et me laisse envahir par l'odeur apaisante. Les lumières s'éteignent, on s'allonge sous une couverture douce, les sons des bols s'élèvent, avec cette odeur de fleur d'orange qui m'envoute... Certains sons me paraissent très aigus et vrillent mes oreilles... Je suis réveillée dans un sursaut par la voix de Véronique : sans m'en rendre compte, j'étais partie loin, très loin...

L'Archipel

82, rue Roncevaux - Villefranche  
www.larchipelartistique.fr

**L'ARCHIPEL**  
CENTRE ARTISTIQUE VÉRONIQUE FILIOL