



NIC  
ERA

1. NOTE D'INTENTION
2. PROPOS ARTISTIQUE
3. HISTORIQUE & EVOLUTION
4. DÉMARCHE ARTISTIQUE
5. INTERPRETES & EQUIPE TECHNIQUE
6. VARIABILITE
7. MOODBOARD
8. SPECTACLE

**N I C  
E R A**

# NOTE D'INTENTION

La première pièce de la compagnie NICERA explore les liens entre la danse, les arbres et l'identité. Inspiré par la fascination pour les racines et l'ancrage au sol, nous avons découvert de surprenants points de connexion entre les caractéristiques physiques et physiologiques de l'homme et de l'arbre.

Les arbres, dotés d'une proprioception, peuvent percevoir leur propre corps et réagir à leur environnement, tout en communiquant entre eux grâce à des mécanismes tels que le réseau mycorhizien.

Cette découverte nous a amené à creuser plus profondément la question de l'identité, et comment utiliser ces liens pour mieux comprendre notre place dans le monde et nos liens avec les autres. Nous avons choisi de travailler avec un quintette pour explorer une variété d'histoires, de corps, de physicalité et de sensibilité.

Nous explorons également les aspects neurologiques et symboliques de l'arbre, en mettant en lumière la transmission d'information, l'interdépendance entre les êtres, et la mémoire génétique du corps.



Cie NICERA



# PROPOS ARTISTIQUE

**NICERA** est une compagnie de danse qui explore la quête identitaire à travers la mémoire corporelle et son rapport aux autres. Inspirée par la nature et en particulier les arbres et leur enracinement, elle cherche à proposer des éléments de réponse par le mouvement et la gestuelle.

Pour ce faire, elle intègre les nouvelles technologies telles que la data-musique et l'intelligence artificielle, ainsi que la gouvernance dans le processus de chaque création. NICERA invite le public à se connecter à un univers artistique novateur qui allie l'expression de l'humanité à travers les mouvements et une expérience sensorielle et visuelle unique.

**NIC  
ERA**



# HISTORIQUE & EVOLUTION

Nicera est née du grand intérêt de la chorégraphe Katia Lharaig pour l'exploration identitaire à travers la mémoire corporelle et son rapport aux autres. Forte de son expérience en tant que danseuse pour différentes compagnies, elle a fondé la sienne en 2022 afin de poursuivre sa vision artistique.

Depuis ses débuts, Nicera s'est engagée à repousser les limites de la danse contemporaine en intégrant de nouvelles technologies telles que l'intelligence artificielle, la data et la gouvernance dans le processus de création. Les premières expérimentations ont déjà été menées avec succès, ouvrant de nouvelles perspectives pour l'art de la danse.

La compagnie est animée par la conviction que les corps sont des outils de création à part entière, capables de transmettre des émotions et des histoires de manière unique et puissante. Nous cherchons constamment à développer de nouvelles façons de les utiliser pour créer des expériences marquantes pour le public. Notre volonté est de continuer à explorer de nouvelles pistes pour étendre les frontières de l'expérience artistique, en proposant des créations uniques qui reflètent les enjeux de notre époque.

Nous sommes convaincus que la danse peut être un moyen de transformer notre perception du monde et de nous connecter à l'univers sensoriel et visuel créé par les interprètes.

**NIC  
ERA**

# DEMARCHE ARTISTIQUE

Le point de départ de LA CRÉATION est basé sur la recherche de la mémoire transgénérationnelle comme une façon d'interroger et de déterminer mes racines, mon identité et mon corps.

Ses racines se sont établies dans le temps. Ce qui nous intéressera, c'est le chemin, les étapes et les doutes communs à chacun ; prendre conscience de l'influence d'une époque que l'on n'a pas connue et lui laisser une place.

L'image de l'arbre fera corps avec les interprètes, il sera le témoin de l'histoire. C'est pour cette raison qu'il nous permet d'explorer et de traduire leurs parcours.

Nicera est une performance qui explore la mémoire corporelle à l'aide d'un arbre et de ses racines. Une pièce de danse contemporaine qui nous invite à nous interroger sur notre propre mémoire, l'espace et le mouvement en relation avec nos origines."

Notre démarche artistique se concentre sur la création de spectacles innovants et accessibles à un public large. Nous croyons en l'importance de faire découvrir la danse et l'art en général à tous les publics, y compris ceux qui n'ont pas l'habitude de fréquenter les théâtres.

Nous sommes également passionnés par l'expérimentation et l'innovation dans la danse et souhaitons continuer à explorer de nouvelles façons de travailler les sujets introspectifs pour revoir les principes de création dans ce domaine.

Notre objectif est de créer des moments qui donnent une expérience unique et marquante aux spectateurs.

Nous sommes ouverts à la collaboration avec des théâtres et des institutions artistiques pour atteindre cet objectif et sommes prêts à partager autour du mouvement en proposant des ateliers et des échanges. Nous croyons que ces collaborations enrichiront l'expérience des spectateurs et nous permettront de toucher un public plus large.



# INTERPRETES & EQUIPE TECHNIQUE

**Chorégraphe**

## KATIA LHARAIG

est une danseuse contemporaine formée à EPSE danse à Montpellier et titulaire d'un DE jazz.

Elle a travaillé avec des compagnies telles que Dyptik pendant 4 ans et ETRA, où elle a développé un style unique mêlant la technique contemporaine, l'électro et le hip hop. Elle a également participé et jugé plusieurs battles (electro/all styles/expe).

Katia utilise son corps pour créer des mouvements pensés et précis, qui transmettent une émotion profonde. Son style de danse est caractérisé par l'ancrage au sol, la maîtrise de la dynamique, les qualités athlétiques et la présence scénique.

Elle crée des univers poétiques en utilisant son instinct et en laissant place au lâcher-prise, ce qui donne une impression de puissance et de fluidité. Sa technique est déconstruite pour permettre une expression libre et instinctive.



## JULIETTE BOLZER

est une danseuse originaire de Tarbes. Elle a débuté par le hip-hop à l'école Dans6t fondée par Bouziane Bouteldja avant de se tourner vers la danse contemporaine. Après des cours réguliers et des stages internationaux, elle s'est formée de manière autodidacte.

En 2021, elle intègre le centre de formation Adage à Bordeaux puis rejoint la cie YMA pour interpréter un solo dans le spectacle "Lux". Depuis, elle a travaillé avec plusieurs chorégraphes et compagnies de renom, notamment la cie Paul Les Oiseaux, le collectif Outsider, Gilles Baron, Etienne de Rochefort et la cie Ballet 21

En 2023, Juliette rejoint la cie BurnOut pour la création du spectacle "In Situ". Sa formation autodidacte lui a permis de développer une grande polyvalence et un fort engagement physique.



## ALICE SUNDARA

a débuté sa formation en danse contemporaine au Conservatoire de Bordeaux, avant de poursuivre ses études à l'A.I.D de Paris. Cette formation lui a permis d'évoluer dans différentes esthétiques, tant académiques qu'urbaines. Elle a intégré le Jeune Ballet Européen et la compagnie de Laura Arend - Laboration Art Compagnie pour le spectacle "FIVE".

En 2017, elle intègre le BJ de Genève, au répertoire riche tel que "Political Mother" de Hofesh Shechter, "Tenir le Temps" de Rachid Oumramdane et "Pulse Work" de Alexander Ekman. En 2019, Alice a intégré Kamea Dance Compagnie de Tamir Ginz. Elle a eu l'occasion d'interpréter des pièces telles que "Peeled" de Itzik Galili, "Nichts" de Marco Goecke, ainsi que de participer à la création de "RAGE" de Tamir Ginz. En 2022, elle danse "Pas de Deux" de Lisa Laurent et Mattéo Trutat, ainsi que "Nymphs" de Niek Wagenaar.



## ANDREA MOUFOUNDA

est une danseuse polyvalente formée au CNSM de Paris, où elle a développé une technique exceptionnelle qui reflète sa passion pour la danse contemporaine, les danses urbaines et expérimentales, ainsi que le Gaga.

Ses années de formation auprès d'Edmond Russo et de Cheryl Therrien, ainsi que ses expériences avec Fanny Azzuro, Parelle Gervasoni, Anne Nguyen, la Compagnie Kassyl et Maud Le Pladec, lui ont permis de développer une danse qui allie la physicalité, la puissance, la sensibilité, la douceur et l'animalité. En 2022, elle a rejoint la pièce Navy Blue de la chorégraphe Oona Doherty, renforçant encore sa polyvalence en tant que danseuse.

**NIC  
ERA**



## CANNELLE PERDU

commence la danse dès son plus jeune âge en Picardie. Pendant sa scolarité, elle intègre un sport-études de danse à l'Académie Internationale de la Danse à Paris en 2013.

Elle y travaille avec de nombreux chorégraphes de renom, tels que Olivier Dubois, Chris McCarthy et Mickael Fau, sur différents spectacles et événements en France et à l'étranger.

En 2019, elle intègre Ways Dance Studies Europe, où elle perfectionne son bagage technique et artistique. Depuis, elle travaille en tant que chorégraphe et interprète, avec notamment la création de son projet "Dunes Dance", empreint de puissance et de sincérité.

Cannelle a également chorégraphié pour différents spectacles d'arts vivants en Belgique, tels que "Alice" et "Nova".



## CLARA BESSARD

est une danseuse qui a débuté sa carrière au jeune ballet ÉLÉPHANT IN THE BLACK BOX à Madrid. Elle a travaillé pour Willy Dorner à Nuremberg et a ensuite travaillé avec des compagnies renommées telles que SO.K, Sophie Carlin, Sohrâb Chitan, la Cie Entité, et plus récemment avec Pierre Rigal. Cette variété d'expériences lui a permis de développer une grande palette artistique et une grande adaptabilité aux différents styles de danse.

En plus de ses prestations sur scène, Clara a travaillé sur des projets cinématographiques et de mode. Elle a dansé dans le film Netflix "Liaisons dangereuses" et a également performé pour Louis Gabriel Nouchy lors de la Fashion Week au Palais de Tokyo.

**NIC  
ERA**

EQUIPE

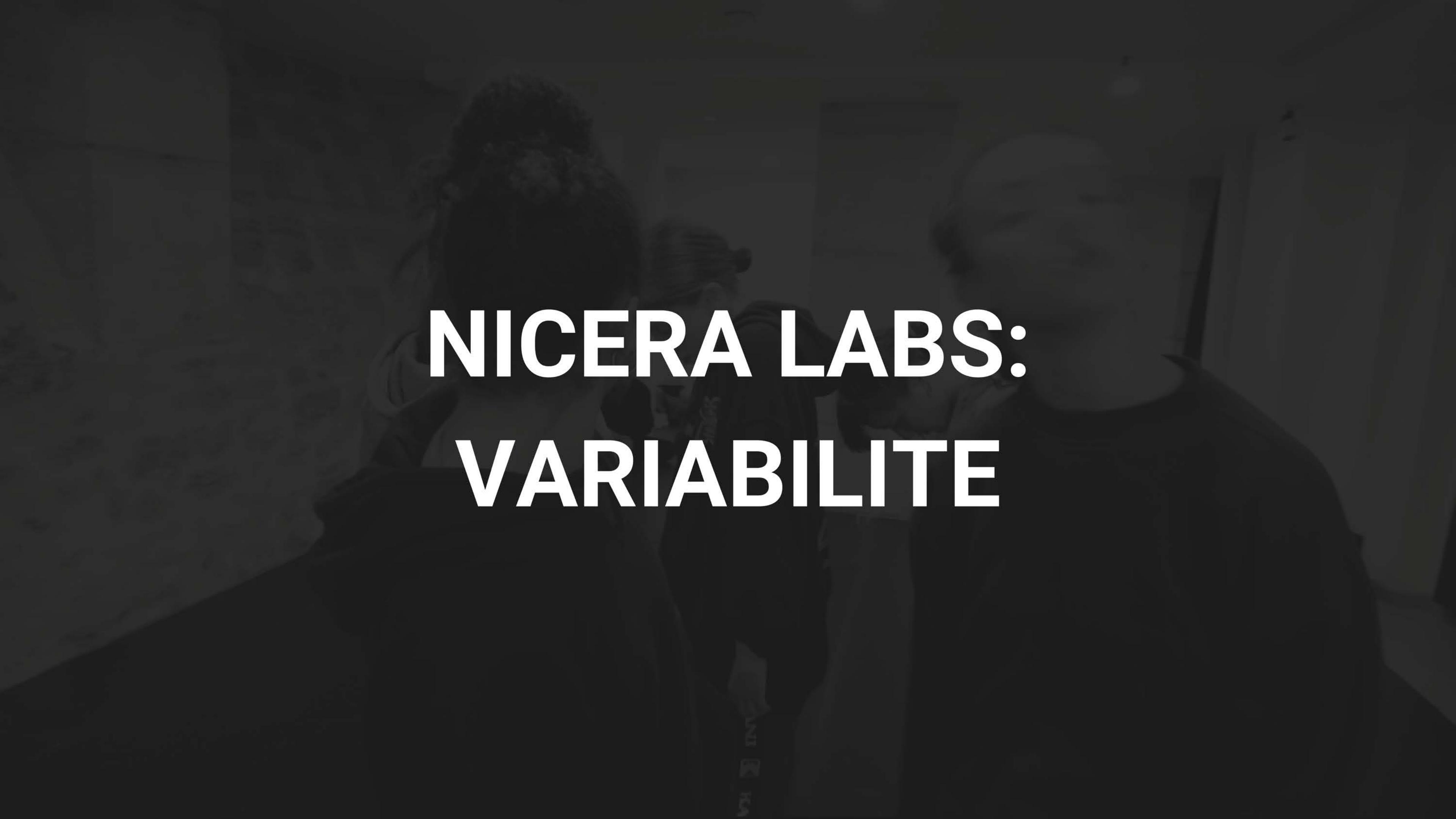
# TECHNIQUE

Raphael **Doukhan** - Ingénieur  
développeur

Tarik **Kaced** - Chercheur  
Cryptographie

Rémi **Selles** - Créateur musical -  
Ingénieur son

Ramzi **Laieb** - Administration



# NICERA LABS: VARIABILITE

# PROCESSUS D'ECRITURE **LA VARIABILITE**

Lorsqu'il s'agit de créer une œuvre d'art, la combinaison de l'improvisation et de l'écriture peut donner lieu à une performance unique et innovante.

En danse, cela peut se faire en élaborant une partition corporelle très précise qui permet une part d'improvisation aux interprètes.

La chorégraphie peut être basée sur une rythmique et des timings communs ainsi que sur les parties du corps en mouvement, tandis que les interprètes sont libres de choisir les autres paramètres tels que la direction, le niveau, l'ampleur ou le côté du mouvement.

Cela crée une performance qui se renouvelle à chaque fois, tout en offrant une structure claire à l'interprétation.

De même, en musique, l'utilisation de l'IA ou de concepts mathématiques peut être utilisée pour générer une part d'improvisation.

De même, en musique, l'utilisation de l'IA ou de concepts mathématiques peut être utilisée pour générer une part d'improvisation.

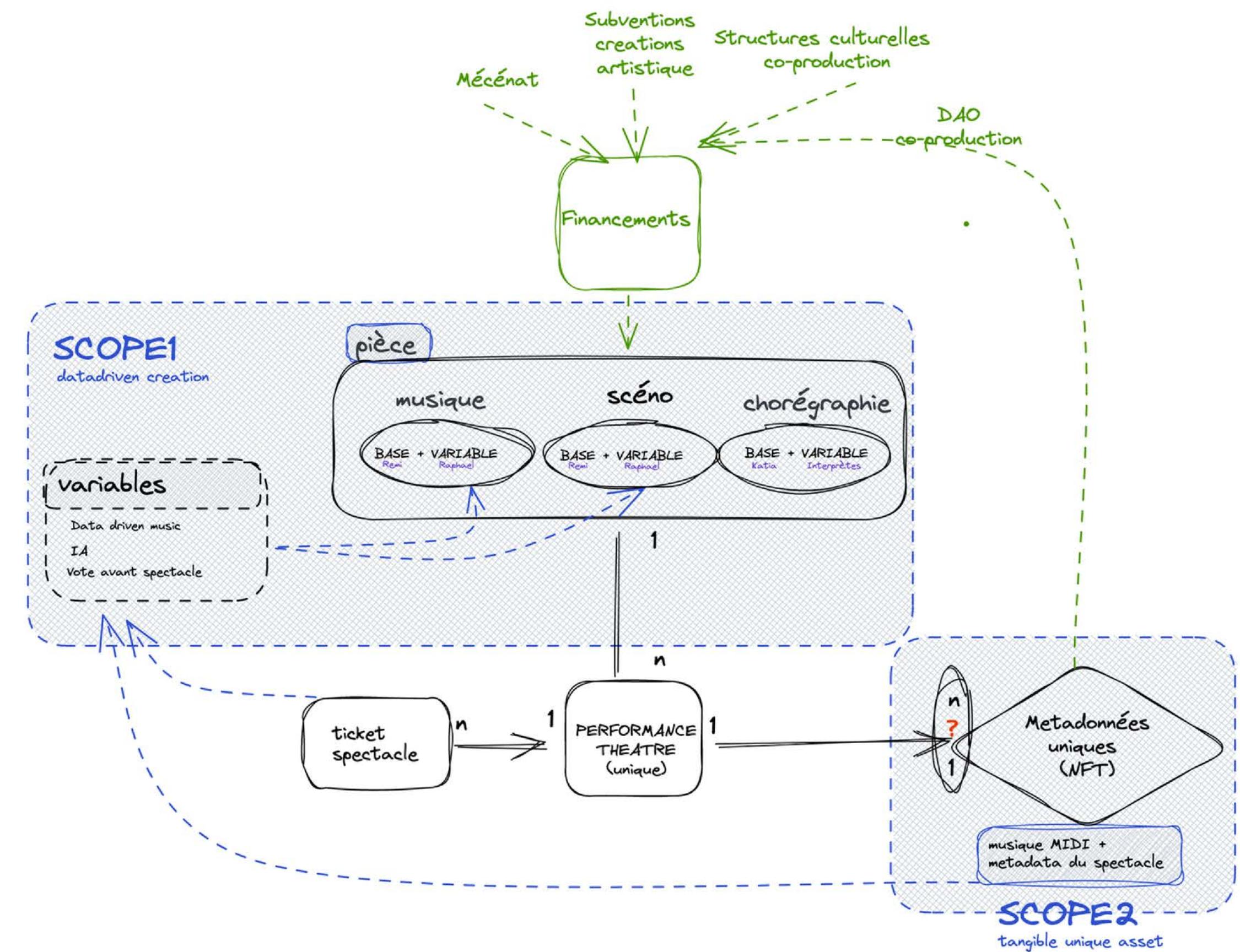
Par exemple, l'IA peut être utilisée pour générer des motifs de mélodie, des progressions d'accords ou même des rythmes, qui peuvent être intégrés dans une composition musicale. Les musiciens peuvent alors improviser autour de ces éléments générés par l'IA, ajoutant leur propre créativité et leur propre style à la performance.

En utilisant ces approches, les artistes peuvent créer des performances uniques et originales qui sont basées sur une combinaison d'écriture, d'improvisation et de technologie.

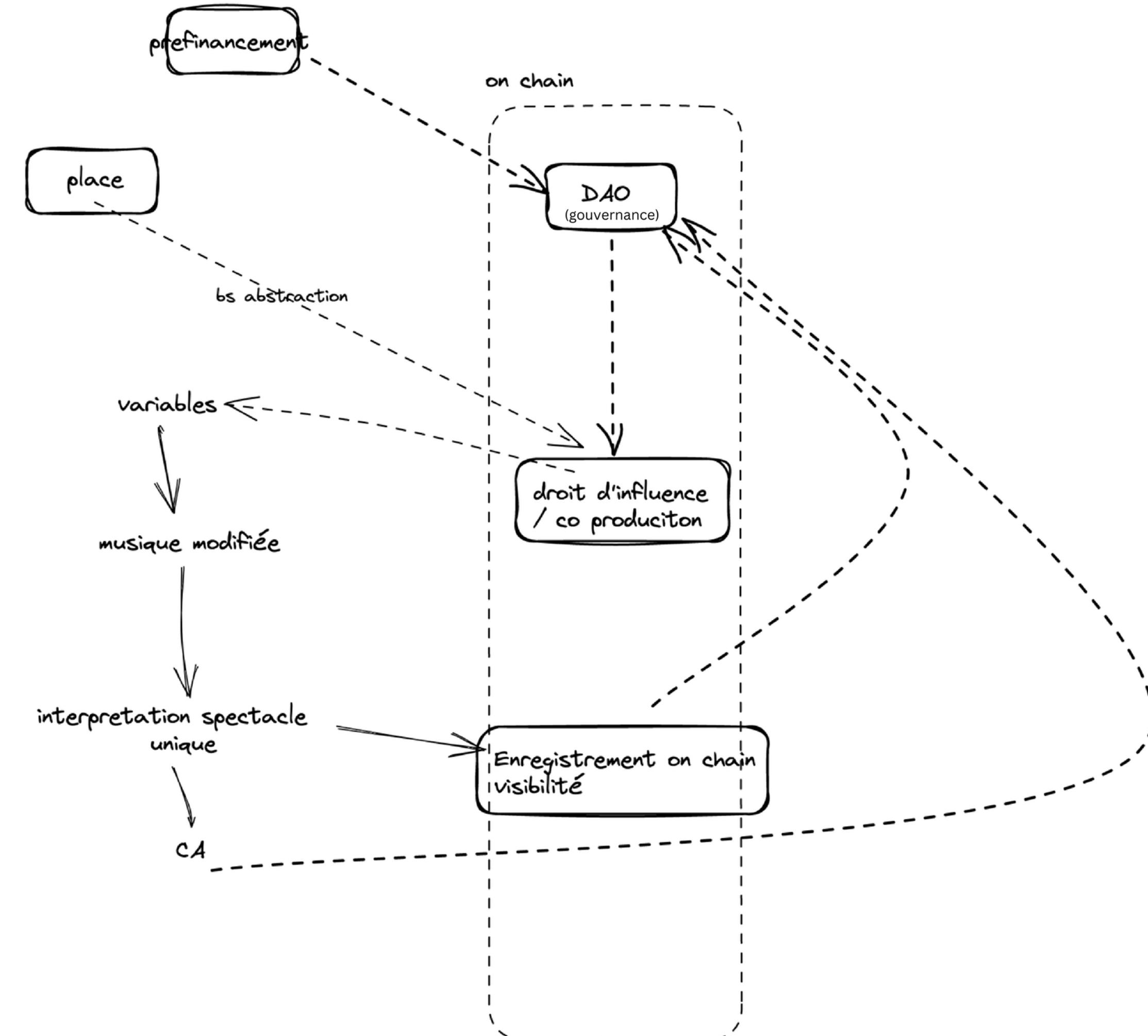
Cela peut offrir une expérience artistique différente et innovante pour le public, tout en permettant aux artistes de s'exprimer et de se renouveler à chaque performance.

# LA VARIABILITE

## FLUX D'INTEGRATION

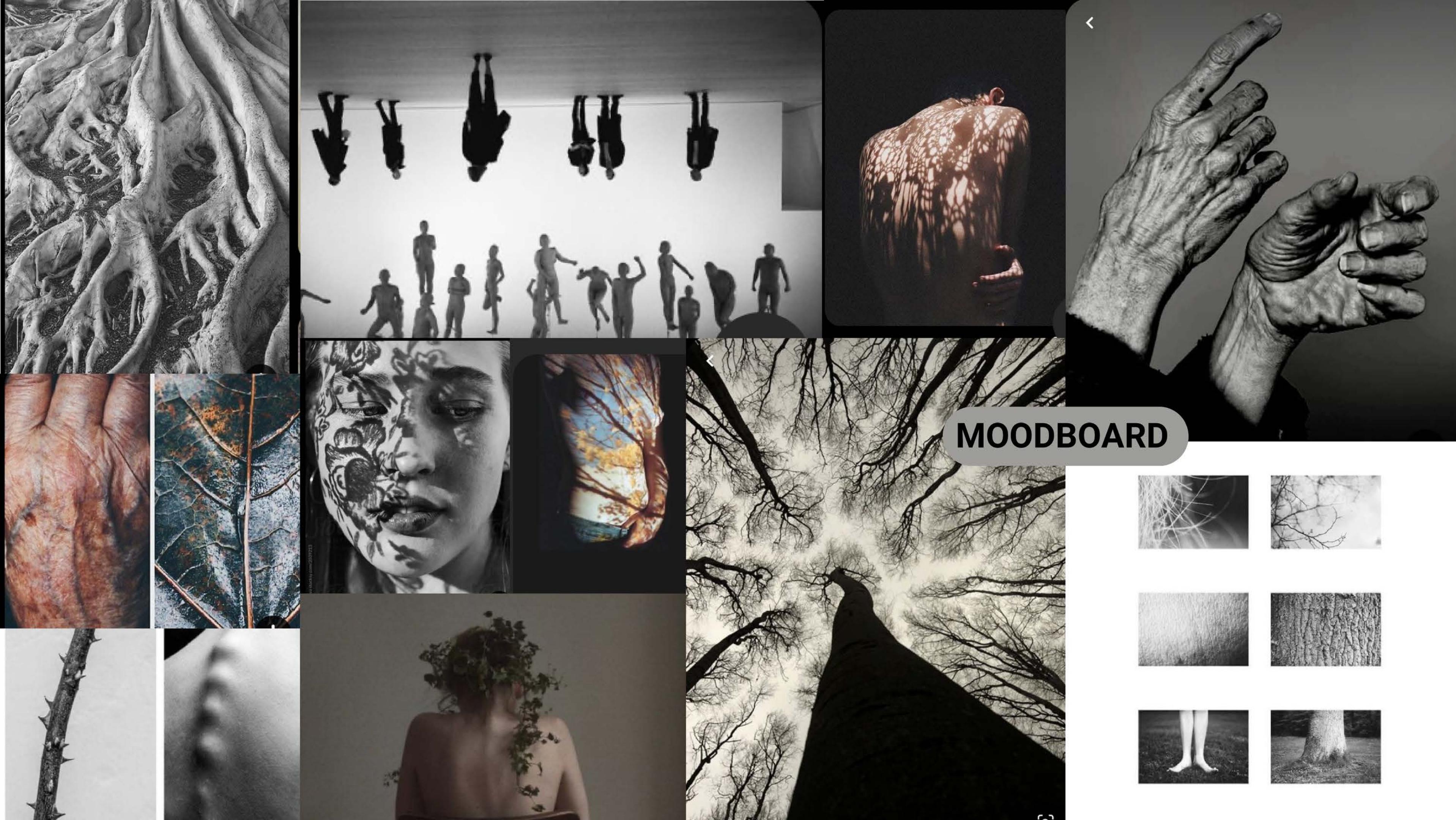


# organisation autonome décentralisée **CO PRODUCTION**

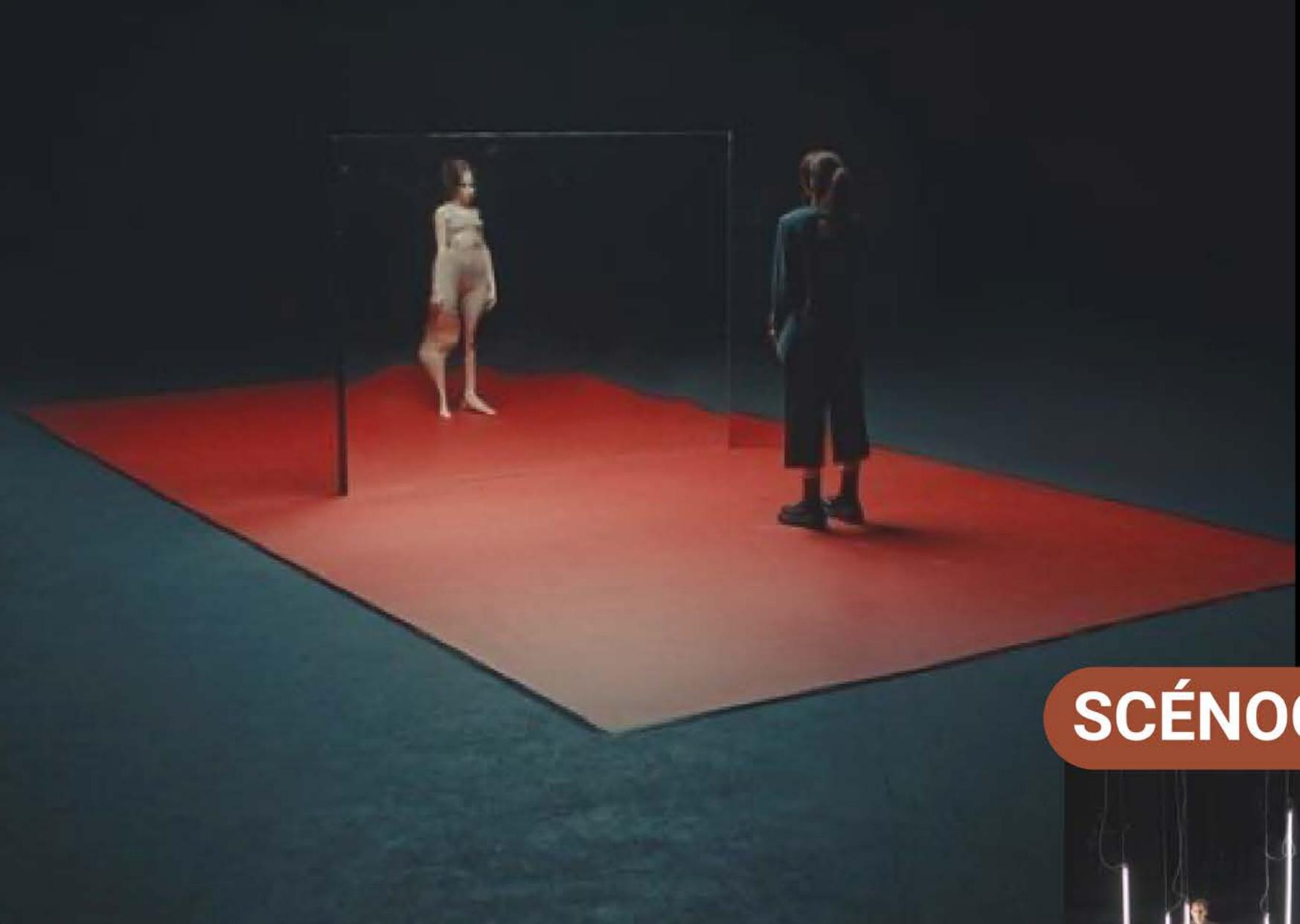


# MOODBOARD

# MOODBOARD



## SCÉNOGRAPHIE



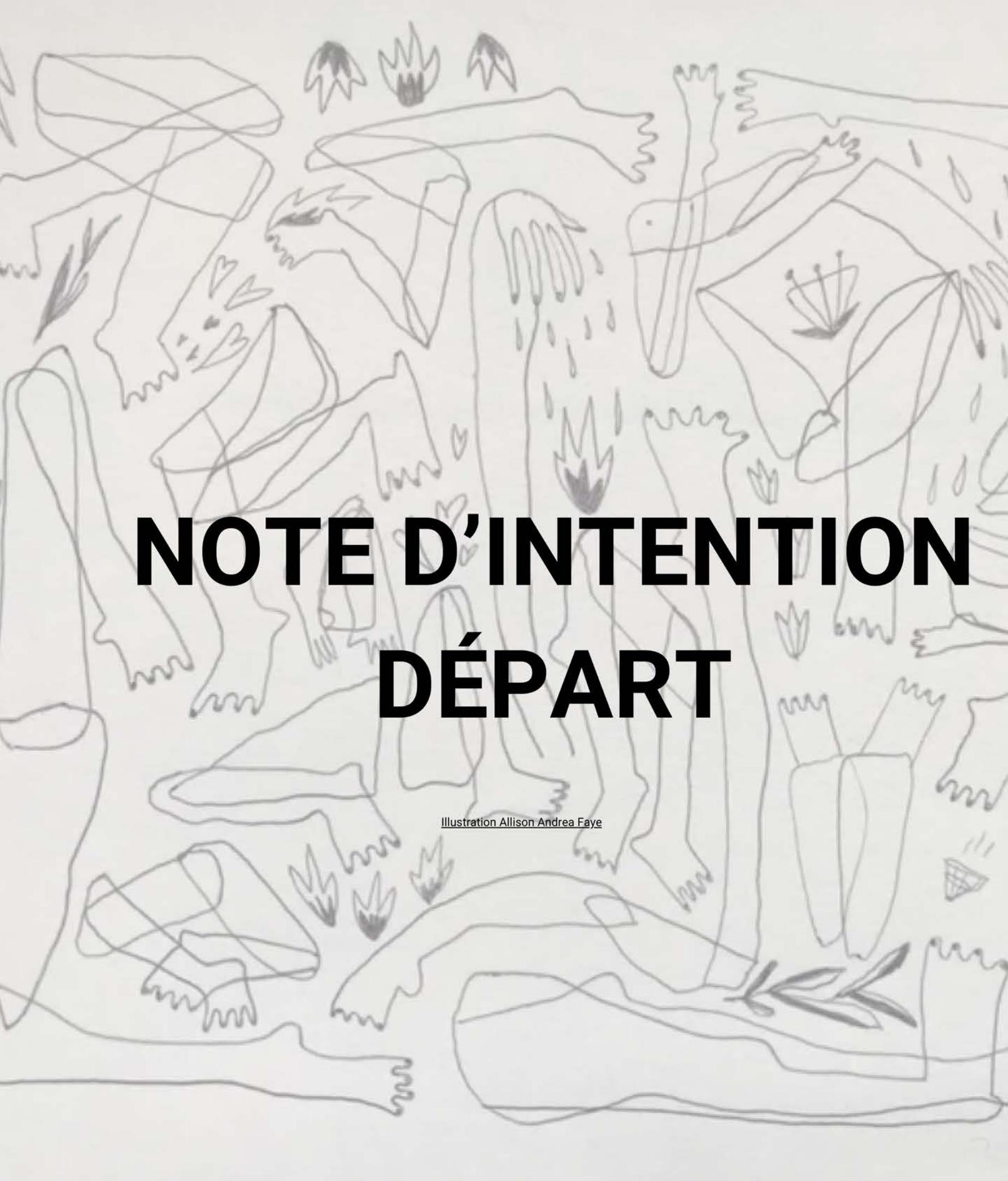
## COSTUME-MATIERE





# SPECTACLE

## RECHERCHES & AXES DE TRAVAIL



# NOTE D'INTENTION DÉPART

Illustration Allison Andrea Faye

Envie de parler de racine, les miennes via mon grand père et celle de l'arbre dont mes amies m'identifie par mon ancrage au sol quand je suis en mouvement.

Traiter les choses via différents caractéristiques physiques et physiologiques que partage l'Homme et l'arbre.

La recherche m'a menée à m'intéresser de façon plus approfondie aux liens entre des états de corps et des mécanismes humains avec ceux des arbres. Notamment à travers la composition physique, la proprioception et le rapport aux autres.

Comment mettre en corps via des éléments scientifiques une quête/recherche identitaire?

Jai choisi le quintette, pour avoir un panel d'histoire, de corps, de physicalité et de sensibilité.

Curieuse de comprendre pourquoi elles bougent et de lire ce qu'elles souhaitent raconter et livrer d'elles

Au plateau s'organise une partition commune pouvant laisser la place à chacune d'exister et de prendre la parole, en ayant l'appui des autres à l'image de l'interdépendance des arbres et du réseau mycorhizien permettant aux arbres de communiquer et de se nourrir

# Se connecter à soi « etat des lieux »



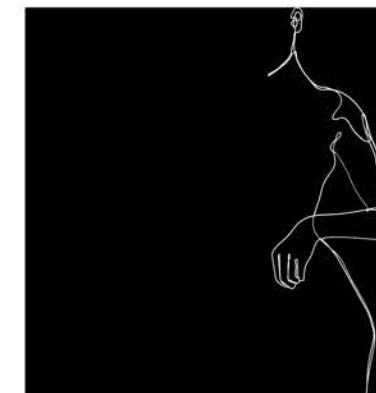
## Partie 1 FIXE DANS LES PIEDS - RACINES / HISTOIRE

connexion à soi prendre conscience de son environnement des autres

Rythme : intro lent montée progressive

Messages/ questions clés : Racine - Implantation - Anchorage - Fondement - Solidité - Noyau - Début - Départ - Graine - Attachement - Histoire - Terre - Alimentation - conscience de soi et des autres

# Recevoir les infos



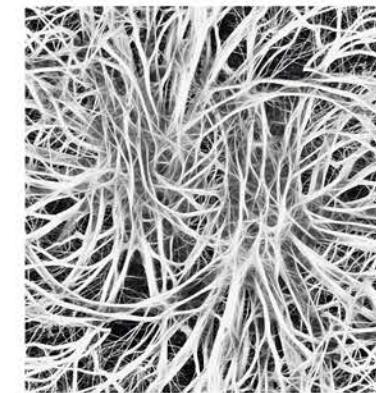
## Partie 2 LE CENTRE / VIBRATIONS/ CORPS

lâché prise écoute de soi

Rythme : accélération dense deep

Messages/ questions clés : Organique - Visible / Invisible - Transmission - Contenu - Force Vitale - Naissance - Fécondité - Viscérale - Entrailles

# Conscientiser



## Partie 3 LA TÊTE / QUESTIONNEMENT/ MÉMOIRE

Se souvenir et reconstruire

Rythme: accélération inconstance

Messages/ questions clés : questionnement - recherche- cérébrale- reconstruction perso- accomplissement- se réorganiser

# PARTIES DU SPECTACLE



## TIMIDITÉ DES CIMES

C'EST UN ÉTONNANT PHÉNOMÈNE : LES FRONDAISONS DE CERTAINS ARBRES N'ENTRENT JAMAIS EN CONTACT, DESSINANT DES FRONTIÈRES ENTRE LES FEUILLES ET CRÉANT DES SILLONS DE LUMIÈRE. CAR LES ARBRES, ET PLUS GÉNÉRALEMENT LES PLANTES, SONT TOUT À FAIT CAPABLES DE COMMUNIQUER, ET MÊME D'ÊTRE SOLIDAIRES  
DANS CERTAINES FORêTS, SI VOUS LEVEZ LES YEUX AU CIEL POUR OBSERVER LES CIMES DES ARBRES, VOUS POURREZ OBSERVER UN LABYRINTHE DE LUMIÈRE SE DESSINER ENTRE LES FRONDAISONS.

COMME SI LES ARBRES LAISSAIENT VOLONTAIREMENT UNE BARRIÈRE POLIE D'UNE TRENTAINE DE CENTIMÈTRES POUR ÉVITER D'ENTRER EN CONTACT. MAIS POURQUOI CES ARBRES DE LA MÊME ESPÈCE REFUSENT-ILS DE SE TOUCHER ? ET SURTOUT COMMENT LES ARBRES COMMUNIQUENT-ILS POUR ARRêTER LEUR CROISSANCE ET ÉVITER DE SE RENCONTRER ?

### TRAVAILLER SUR :

- **L'ESPACE ENTRE CHAQUE INTERPRÈTE**
- **PROXIMITÉ DES CORPS SANS CONTACT PHYSIQUE**
- **INTERDÉPENDANCE SPATIALE**
- **IMBRICATION DES CORPS**
- **RÉSONANCE DES CORPS**
- **CONSÉQUENCE DU MOUVEMENT SUR LE CORPS**
- **DES AUTRES / RÉACTIONS**

## L'OREILLE INTERNE

L'OREILLE EST L'ORGANE DE L'AUDITION, MAIS ÉGALEMENT CELUI DE L'ÉQUILIBRE. L'OREILLE INTERNE OU LABYRINTHE CONTIENT LES ORGANES QUI DONNENT LE SENS DE L'ÉQUILIBRE, COORDONNENT LES MOUVEMENTS DE LA TÊTE ET DES YEUX ET LES AJUSTEMENTS DE LA POSTURE DU CORPS. LES RÉCEPTEURS DE L'ÉQUILIBRE OU RÉCEPTEURS VESTIBULAIRES, AU COEUR DES PROBLÈMES DE VERTIGES, INFORMENT EN PERMANENCE LE CERVEAU SUR LA POSITION EXACTE DE LA TÊTE ET SUR SES DÉPLACEMENTS. CES INFORMATIONS PARTICIPENT EN PRIORITÉ AUX RÉACTIONS D'ADAPTATION QUI MAINTIENNENT L'ÉQUILIBRE DU CORPS.

### POSITION DES LABYRINTHES

L'OREILLE INTERNE EST CONSTITUÉE DU LABYRINTHE OSSEUX, QUI CONTIENT DANS SA PARTIE POSTÉRIEURE L'ORGANE DE L'ÉQUILIBRE OU VESTIBULE. L'OREILLE INTERNE DE MAMMIFÈRES EST COMPOSÉE DE DEUX ORGANES : LA COCHLÉE, ORGANE DE L'AUDITION, ET LE VESTIBULE, ORGANE DE L'ÉQUILIBRE. LA COCHLÉE EST RESPONSABLE DE LA CAPTATION DES SONS ET LE VESTIBULE RESPONSABLE DE LA DÉTECTION DES ACCÉLÉRATIONS PAR DES MÉCANORÉCEPTEURS SPÉCIFIQUES. L'APPAREIL VESTIBULAIRE COMPREND À DROITE ET À GAUCHE DE LA TÊTE, UN ENSEMBLE D'ORGANES SPÉCIALISÉS, SENSIBLES AUX DÉPLACEMENTS AINSI QU'À LA POSITION DE LA TÊTE PAR RAPPORT AU VECTEUR GRAVITAIRE. LE STIMULUS PHYSIOLOGIQUE DES CAPTEURS VESTIBULAIRES EST L'ACCÉLÉRATION. LE SENS DE L'ÉQUILIBRE PEUT ÊTRE CONSIDÉRÉ COMME UN SIXIÈME SENS. CE SONT LES MOUVEMENTS DE LA TÊTE QUI FONT BOUGER LES LIQUIDES CONTENUS DANS L'OREILLE INTERNE ACTIVANT AINSI LES RÉCEPTEURS DE L'ÉQUILIBRE. CES RÉCEPTEURS "VESTIBULAIRES" NOUS PERMETTENT D'ÊTRE INFORMÉS CONTINUELLEMENT SUR LA POSITION ET LES MOUVEMENTS DE NOTRE TÊTE DANS L'ESPACE ET DE CONTRÔLER NOTRE POSTURE. LES INFORMATIONS UTILISÉES DÉPENDENT DE LA GRAVITÉ.

[http://www.neurooreille.com/levestibule/chapa/f\\_parents-chapa.htm](http://www.neurooreille.com/levestibule/chapa/f_parents-chapa.htm)

## COMMENT LES PLANTES PERÇOIVENT LE HAUT ET LE BAS

DANS DES CELLULES SPÉCIALISÉES, LES STATOCYTES, DE PETITS GRAINS APPELÉS STATOLITHES S'ACCUMULENT VERS LE BAS, CONFÉRANT À LA PLANTE LE SENS DE LA VERTICALITÉ. UN PHÉNOMÈNE QUI SE PRÉCISE, NOTAMMENT POUR LES PETITES INCLINAISONS.

AUSSI BIEN LES ÉPIS DE BLÉ DANS UN CHAMP QUE LES ARBRES DANS LA FORêt POUSSENT À LA VERTICALE OU PRESQUE. COMMENT LES PLANTES DISCERNENT-ELLES CETTE DIRECTION QUI LEUR CONFÈRE UNE MEILLEURE EXPOSITION À LA LUMIÈRE DU SOLEIL ? LA RÉPONSE SE TROUVE DANS LES STATOCYTES. SITUÉES DANS LES ZONES D'ÉLARGISSEMENT DES VÉGÉTAUX, CES CELLULES SPÉCIALISÉES SONT RESPONSABLES DE LA PERCEPTION DE LA GRAVITÉ PAR LES PLANTES, ESSENTIELLE POUR LA CROISSANCE VERS « LE HAUT » DES TIGES ET « LE BAS » DES RACINES. CES STATOCYTES CONTIENNENT EUX MÊMES DES STATOLITHES, DES PETITS GRAINS RICHES EN AMIDON PLUS DENSES QUE LE MILIEU CELLULAIRE, QUI S'ACCUMULENT DANS LA PARTIE LA PLUS BASSE DE LA CELLULE, CRÉANT L'ASYMÉTRIE NÉCESSAIRE À LA PERCEPTION DE LA VERTICALITÉ. À PEINE L'ORIENTATION DE LA PLANTE CHANGE-T-ELLE DE QUELQUES DEGRÉS QUE LES STATOLITHES SE DÉPLACENT ET INFLUENT SUR LA PRODUCTION D'HORMONES DE CROISSANCE QUI RECTIFIENT LA DIRECTION DE L'ÉLARGISSEMENT

<https://www.pourlasciene.fr/sd/biophysique/comment-les-plantes-perçoivent-le-haut-et-le-bas-13864.php>

## TRAVAILLER SUR :

- LE REGARD
- INCLINAISON ET ORIENTATION DE LA TETE ET DU BUSTE
- DESEQUILIBRE
- TETE EN POINT MOTEUR



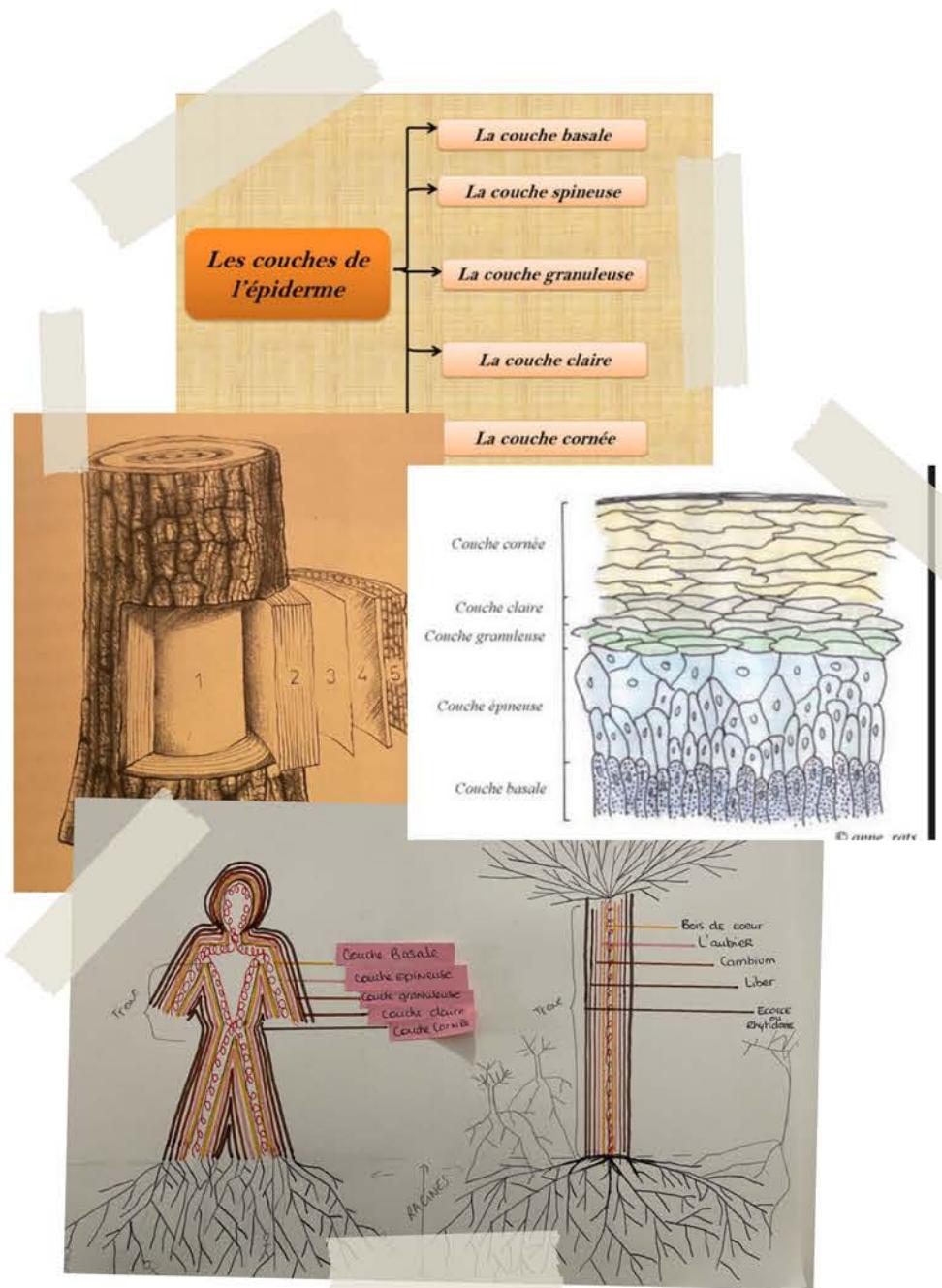
### Statolithes

Les plantes détectent la direction verticale grâce à des cellules spécialisées contenant des grains d'amidon.

## COMPOSITION PEAU HOMME // COMPOSITION TRONC ARBRE

"DU POINT DE VUE EXISTENTIEL, EN REVANCHE, L'HUMAIN PEUT SE VIVRE COMME UN HOMME/FEMME ARBRE : IL EST DEBOUT, TRONC DRESSÉ, BRAS TENDUS COMME DES BRANCHES, CHEVEUX ET POILS AU VENT COMME DES FEUILLES... LES LANGUES RECONNAISSENT CETTE PARENTÉ : EN FRANÇAIS, LE TRONC EST COMMUN À L'HUMAIN ET À L'ARBRE ; EN YUCATÈQUE, KAB DÉSIGNE À LA FOIS LE BRAS ET LA BRANCHE..."

MICHEL BOCCARA



TRAVAILLER SUR :

- ACCUMULATIONS DANS LE MOUVEMENT
- LA RÉPÉTITION
- LES COUCHES
- LA VERTICALITÉ

## UN « SQUELETTE INTELLIGENT

POUR SE TENIR DEBOUT DANS L'AIR, IL FAUT D'ABORD UN SQUELETTE. CHEZ NOUS, LES OS CONSTITUENT LA CHARPENTE DE NOTRE CORPS DRESSÉ. CHEZ L'ARBRE, C'EST LE BOIS QUI REMPLIT CE RÔLE. IL EST LE MATERIAU MÉCANIQUEMENT IDÉAL POUR ÉLEVER DE HAUTES COLONNES RÉSISTANTES AUX VENTS. POURQUOI ? D'ABORD PARCE QUE LES CELLULES QUI LE CONSTITUENT (VAISSEAUX, FIBRES ET RAYONS) SONT DURCIES PAR LA LIGNINE, CE QUI LUI CONFÈRE LA RIGIDITÉ. ENSUITE PARCE QUE LES VAISSEAUX ET LES FIBRES, ALLONGÉS DANS L'AXE DU TRONC, S'ENTRECROISENT AVEC LES RAYONS PERPENDICULAIRES, COMME LE FIL DE TRAME S'ENTRECROISE AVEC LE FIL DE CHAÎNE DANS UN MATERIAU TISSÉ, COMME LE TENON ET LA MORTAISE S'IMBRIQUENT L'UN DANS L'AUTRE. CET ENTRECROISEMENT APporte DE LA RÉSISTANCE AU MATERIAU ET RETARDE LA CASSE. ENFIN, LE BOIS EST RICHE EN LUMIÈRES, EN VIDES, CE QUI EN FAIT UN MATERIAU PORÉUX, LÉGER, AVEC PEU DE MATIÈRE PROPORTIONNELLEMENT À SON VOLUME. IL RASSEMBLE donc TROIS PROPRIÉTÉS MÉCANIQUES ESSENTIELLES POUR REMPLIR SON RÔLE DE SQUELETTE.

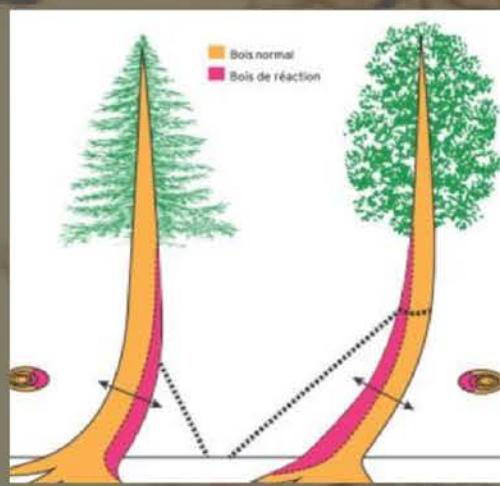
*L'arbre incliné se contorsionne lentement en se courbant par la base et en se décourbant par la tête*

## FLEXION ET BOIS DE REACTION

LA FLEXION DU TRONC D'UN ARBRE LORS D'UN CHARGEMENT, PROVOQUE DES DÉFORMATIONS DE TENSION (ALLONGEMENTS DES FIBRES) ET DE COMPRESSION (RÉTRÉCISSEMENT DES FIBRES). CELA SE PRODUIT POUR TOUS LES ARBRES, CONIFÈRES OU FEUILLUS.

LORSQUE QU'UN ARBRE DOIT ORIENTER OU RÉORIENTER UN DE CES AXES, POUR TROUVER UNE MEILLEURE EXPOSITION À LA LUMIÈRE PAR EXEMPLE, IL PRODUIT UN BOIS PARTICULIER, DIT « BOIS DE RÉACTION », dont LES CARACTÉRISTIQUES ANATOMIQUES ET LES PROPRIÉTÉS MÉCANIQUES DIFFÉRENT DU BOIS « NORMAL ». CHEZ LES FEUILLUS, CE BOIS VA PROVOQUER UNE RÉORIENTATION DE L'AXE (UN « TROPISME ») EN LE TIRANT DANS LA DIRECTION RECHERCHÉE, ON APPELLE CE BOIS « BOIS DE TENSION ». CHEZ LES CONIFÈRES, LE BOIS DE RÉACTION VA POUSSER L'AXE DANS LA DIRECTION RECHERCHÉE, ON APPELLE CE BOIS, « BOIS DE COMPRESSION ».

[https://www.oewb.be/sites/default/files/contributed/02\\_philippe\\_riou\\_nivert\\_-l'impact\\_de\\_la\\_sylviculture\\_sur\\_les\\_caractéristiques\\_des\\_bois\\_resineux.pdf](https://www.oewb.be/sites/default/files/contributed/02_philippe_riou_nivert_-l'impact_de_la_sylviculture_sur_les_caractéristiques_des_bois_resineux.pdf)



### FLEXION ET BOIS DE REACTION

Nous apportons ici une clarification entre compression/tension des fibr...  
expertisearbre.fr

## PROPRIOCEPTION

LA PROPRIOCEPTION AIDE À CONTRÔLER LE MOUVEMENT, C'EST ELLE QUI AIDE LE CORPS À S'ORIENTER DANS L'ESPACE TOUT EN Étant DROIT ET ALIGNÉ. LE SYSTÈME PROPRIOCEPTIF FONCTIONNE EN UTILISANT DIFFÉRENTS SYSTÈMES ÉQUIPÉS DE CAPTEURS PROPRIOCEPTIFS (OU RÉCEPTEURS SENSORIELS)

CES CAPTEURS DE TENSION DOIVENT TRANSMETTRE DES INFORMATIONS SUR LA POSITION CORRECTE DU CORPS AU CERVEAU. PAR EXEMPLE, lorsqu'vous MARCHEZ PIEDS NUS, LES RÉCEPTEURS SOUS LA PLANTE DES PIEDS SONT PARTICULIÈREMENT EFFICACES. CES RÉCEPTEURS PODAUX SONT PARTICULIÈREMENT IMPORTANTS POUR LE MAINTIEN DE L'ÉQUILIBRE ET DE LA PROPRIOCEPTION.

LA PROPRIOCEPTION EST L'ENSEMBLE DES INFORMATIONS NERVEUSES TRANSMISES AU CERVEAU PERMETTANT LA RÉGULATION DE LA POSTURE ET DES MOUVEMENTS DU CORPS. ELLE EST PARFOIS DÉCRITE COMME UN « SIXIÈME SENS » DE L'HUMAIN



## TRAVAILLER SUR :

- **ALIGNEMENT/DESALIGNEMENT DU CORPS**
- **VERTICALITÉ DU CORPS**
- **EQUILIBRE/DESEQUILIBRE**

# OBJECTIFS

*Notre association a pour objectifs de créer un groupe de recherche chorégraphique et une compagnie de danse contemporaine qui portent fièrement le nom de notre organisation. Nous avons pour ambition de promouvoir toutes les formes d'expression artistique telles que la danse, le théâtre, les arts plastiques, le chant, la musique, la photographie et la vidéo.*

*Nous souhaitons atteindre nos objectifs en organisant des performances, des représentations, des rencontres, des expositions, des débats, des ateliers et des stages pour stimuler la créativité et encourager l'épanouissement artistique. Nous avons également pour but de mettre en place des formations artistiques et générales encadrées par des professionnels qualifiés. Nous offrons un service de conseil spécialisé ouvert à tous ceux qui cherchent à développer leur créativité et leurs compétences artistiques.*

*Nous désirons agir en tant que créateurs de spectacles et de services artistiques et culturels offerts à la vente, et contribuer au développement de la pratique de la danse et des autres pratiques culturelles en mettant en œuvre une pratique d'animation, de médiation culturelle et de promotion locale, nationale et internationale.*

*Nous avons pour objectifs d'organiser des actions d'enseignement, de formation et de détection de compétences, afin de favoriser l'émergence de nouveaux talents et de nourrir la créativité de chacun.*

*Enfin, notre association vise à organiser et créer des spectacles vivants et audiovisuels autour de la danse et des arts en général, pour contribuer au rayonnement des arts et de la culture et offrir des moments de beauté et d'émotion au public.*

# MUSICALEMENT

Nous explorons les couches sonores, qui représentent les différentes composantes sonores d'une œuvre musicale.

Ces couches, telles que la mélodie, l'accompagnement et le contrechant, peuvent être discernées avec plus ou moins de précision en fonction de notre attention.

Parallèlement, nous établissons un lien entre le corps, la mémoire et l'histoire.

La mémoire se manifeste à travers des patterns répétitifs, offrant une sensation familière.

Le corps est représenté par les percussions, qui apportent une spontanéité.

Enfin, l'histoire est structurée pour guider le développement de la composition.

Cette approche globale permet de prendre conscience de l'interrelation entre ces éléments artistiques essentiels.

# N I C E R A

Association Nicera,  
5 rue Thiers, 38000 Grenoble  
Email : [compagnienicera@gmail.com](mailto:compagnienicera@gmail.com)  
Téléphone : 06 32 25 33 09