



Présence Mobilité Danse®

www.pmd-presence-mobilite-danse.fr

www.cie-nuitetjour.fr

Voici nos contacts, à bientôt !

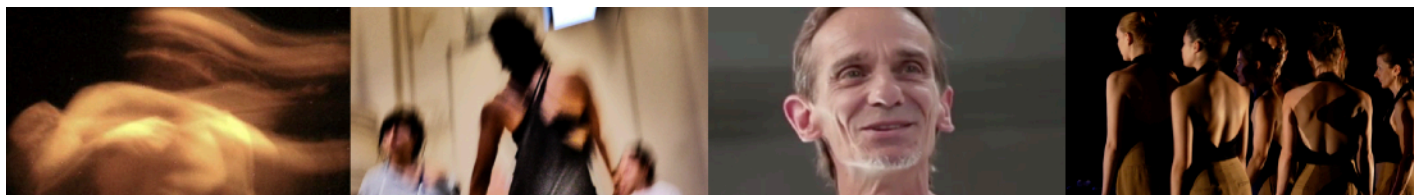
Valérie Lamielle

cie.nuitetjour@orange.fr



Hervé Diasnas

pmd-presence-mobilite-danse@orange.fr - 06 16 39 94 19 SMS uniquement



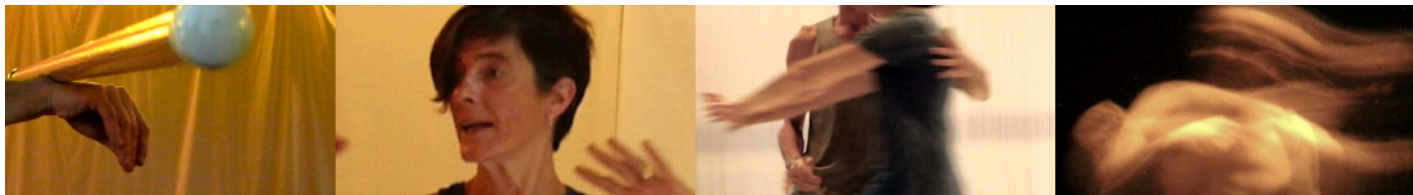
LES COURS

ENTRAINEMENT PMD DU DANSEUR À PARIS avec Hervé Diasnas

Jeudi et vendredi - 10h/12h

Lieu : MICADANSES - studio So Schnell - 15 rue Geoffroy Lasnier - Paris - M° St Paul ou Hotel de Ville

Tarifs : 15 € ou carte de 10 cours 135 € + adhésion annuelle à l'association Nuit & Jour : 15 €



ATELIERS À BOURSAY avec Valérie Lamielle

Adultes : lundi - 9h30/12h respiration, enracinement, agilité

lundi - 19h/21h assouplissements, renforcement de la musculature profonde

Mardi - 19h/21h vol dansé (danse chorale inspirée des vols d'étourneaux)

Lieu : 2 L'Huissierie - 41270 Boursay

Tarif adultes : 1 atelier : 15 € - 5 ateliers : 60 € - 10 ateliers : 100 €

+ adhésion annuelle à l'association Nuit & Jour : 15 €

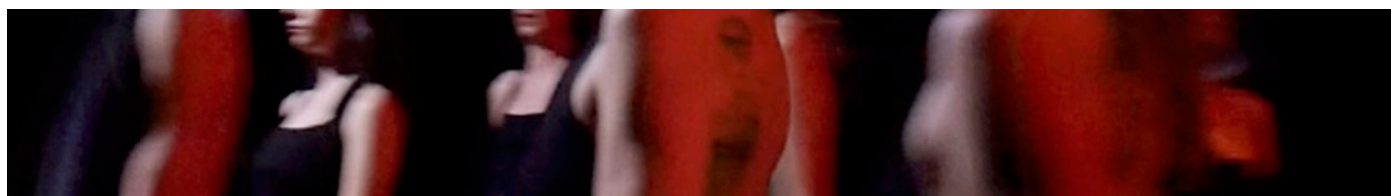
LES STAGES À BOURSAY

avec Valérie Lamielle & Hervé Diasnas

du 24 au 27 octobre 2026

du 27 au 31 décembre midi

Possibilité de poursuivre le stage jusqu'au 03 janvier au soir



Tarifs : 4 jours 240 € + adhésion annuelle à l'association Nuit & Jour : 15 €

Hébergements/repas : 160 €

4,5 jours 270 € + adhésion annuelle à l'association Nuit & Jour : 15 €

Hébergements/repas : 180 €

3 jours 180 € + adhésion annuelle à l'association Nuit & Jour : 15 €



Enseigner Présence Mobilité Danse nécessite une formation sérieuse et continue, gage de qualité.

Les enseignants formés et habilités à transmettre les exercices constituant la PMD sont :

En France

Expertise (tous niveaux pmd + formation enseignant) : Hervé Diasnas & Valérie Lamielle

Perfectionnement (niveau pmd avancé) : Anselme Couturier

En Italie

Expertise (tous niveaux pmd + formation enseignant) : Maria Carpaneto

Sensibilisation (niveaux pmd débutant - intermédiaire) : Simona Sacchini

Sensibilisation (niveaux pmd débutant - intermédiaire) : Irene Maria Giorgi

Sensibilisation (niveaux pmd débutant - intermédiaire) : Alessia Bedini

En Suisse

Sensibilisation (niveaux pmd débutant - intermédiaire) : Éliane Küenzig

Au Pérou

Sensibilisation (niveaux pmd débutant - intermédiaire) : Marisol Otero

