

# ART MARTIAL SENSORIEL

Action / Relation / Expression

## OBJECTIFS

- **Apprendre à bouger sans se faire mal**
- **Gérer les conflits autrement** en les transformant en source de croissance (tant les conflits internes qu'externes)
- **Déployer sa capacité de résilience**, d'adaptation aux événements de la vie et une psychologie de « guerrier de vie »
- **Apprendre à communiquer** autant avec son corps que verbalement, et **développer une communication sans violence** (avec soi, l'autre...)
- **Découvrir** dans la nature humaine **une capacité de relation sans rapport de force ou de pouvoir**, nommée « **relation sans prédominance** » (aussi bien dans la relation à soi que dans les relations de couple, familiales, amicales, professionnelles...)

## MOYENS

- Une **gestuelle** qui s'effectue autrement, dans la cohérence des lois du corps, à partir de la **Gymnastique Sensorielle\*** et de techniques issues de l'**Aïkido** revisitées de manière sensorielle (kokyu sensoriel, irimi sensoriel, kotegaeshi sensoriel, etc.)
- Un **ressenti** de soi et de l'autre, à partir d'un éveil perceptif qui permet de lâcher un contrôle envahissant
- Un **accordage** du corps avec le psychisme et les émotions via l'adaptation du tonus
- Une **exploration des stratégies** corporelles et psycho émotionnelles que nous mettons en jeu pour nous adapter aux événements de la vie quotidienne
- Une **mise en situation** pédagogique et thérapeutique, seul et à deux, afin de découvrir :
  - un **art relationnel** sans prédominance
  - une **mise en action** de ses élans de vie
  - une **expressivité** à partir du lieu le plus profond et sensible de soi

\* Mouvements codifiés issus de la Somato-psychopédagogie



Art Martial Sensoriel (AMS)  
Marque déposée

# PUBLIC

## Pour Professionnels & Particuliers

- Professionnels de la relation, de la communication, de l'entreprise, du coaching...
- Praticiens ou professeurs d'Arts Martiaux, de Tai-Chi, de Qi Gong, de Yoga et d'autres disciplines sportives...
- Artistes : danseurs, comédiens, conteurs...
- Enseignants, instituteurs, éducateurs...
- Professions médicales et paramédicales
- Professionnels d'approches corporelles et psycho corporelles
- Pédagogues
- Thérapeutes
- Psychologues
- Psychosociologues
- Psychiatres
- Toutes personnes motivées par les propositions de l'AMS

*Il n'est pas nécessaire  
d'avoir pratiqué un Art Martial au préalable*

## RENSEIGNEMENTS

Secrétariat : 06 63 84 95 88

## SITES

www.artmartialsensoriel.org  
assoamsai.org  
www.gymnastiquesensorielleperinatale.org  
www.somato-psychopedagogie.com  
www.fasciatherapie.fr  
www.cerap.org (recherches scientifiques - Directeur Danis Bois)  
danis.bois.free.fr

**M. De Nardi**

Quartier la Brémoude - 04110 Vachères

denardimartine@aliceadsl.fr

04 92 75 81 77

# RENSEIGNEMENTS DIVERS

## Lieux

**Paris** - Lieu à venir sur Paris ou environs  
**Pyrénées** - Gymnase, route de Cadéac - 65240 Arreau  
**Provence** - Domaine La Chapelle - 04300 Sigonce  
*Dans un cadre de nature superbe avec piscine,  
à environ 2 heures de Marseille, Aix, Avignon...*

## Hébergement / Repas

**Provence**: en résidentiel, à réserver 21 jours avant  
le stage au **04 92 75 83 16** ou **04 92 75 08 33**  
**Pyrénées**: Tél. Pierre Fourasté : **05 62 40 10 42**

## Tarifs (sans l'hébergement)

- Soirée AMSAI : 35 € TTC / adhérents : 25 € TTC  
- Stage de 3 jours : 295 € TTC  
- Stage de 6 jours : 445 € TTC ou 7 jours : 505 € TTC

**Tarif couples** : - 20% (offre non cumulable)  
**Tarif chômeurs** : - 30% (offre non cumulable)  
**Demi tarif pour les moins de 25 ans à tous les stages**

## Horaires

Soirée de l'AMSAI : de 20 h à 23 h  
Stages 3 jours : 1<sup>er</sup> jour 10 h au dernier jour 17 h  
Stage 6 jours ou 7 jours : 1<sup>er</sup> jour 10 h au dernier  
jour 13 h

## Inscription

Merci de renvoyer le bulletin d'inscription ci-joint

## Information

### Formation Professionnelle Diplômante en 2013/2016

- Cycle de 450 heures sur 3 ans ouvert à tous sur entretien
- Cycle de 150 heures sur 1 ou 2 an(s) pour les diplômés SPP/Fascia

Pour s'inscrire à la prochaine Formation Professionnelle Diplômante en Art Martial Sensoriel, formant à l'animation de séances de groupe et individuelles, **3 stages ponctuels d'entraînements sont demandés au préalable.**

(Renseignements et programme sur demande)

2011 / 2012

## Stages ponctuels

ou préparation à la  
Formation Professionnelle



Création de soi



Combativité Constructive



Éveil Perceptif

ART

MARTIAL

SENSORIEL

*« Aujourd'hui le temps n'est plus de  
vaincre, mais de soigner ce qui en  
nous, et autour de nous, a été vaincu »*

*Martine De Nardi*

# FONDATRICE & RESPONSABLE PÉDAGOGIQUE



## Martine De Nardi

- Ceinture Noire d'Aïkido, a pratiqué le Judo, a enseigné le Yoga
- Présidente de l'AMSAI<sup>1</sup>
- Kinésithérapeute
- Formatrice en Fasciathérapie<sup>2</sup> et en Somato-psycho-pédagogie<sup>2</sup> (SPP)

- Responsable pédagogique du Diplôme Universitaire en Gymnastique Sensorielle Périnatale (GSP)<sup>3</sup>
- Praticien chercheur au CERAP<sup>2</sup>

Elle approfondit ses recherches sur l'action, la relation et l'expression par son expérience de thérapeute, de pédagogue, de praticien chercheur ainsi que par différents cursus universitaires.

### Post-graduations universitaires :

- Pédagogie Perceptive du Mouvement
- Somato-psycho-pédagogie
- Art Thérapie Performatif

**Diplôme Universitaire** en Développement Cognitif et Social du Nourrisson

Elle prolonge actuellement ses études par un **Master 2** en Psychopédagogie perceptive avec une **recherche scientifique sur « la relation de réciprocité materno-fœtale »**.

## ORGANISATION DE L'AMS

- De nombreux cours et stages d'entraînement sont organisés en France, en Suisse, en Italie et au Canada.
- Des Formations Professionnelles Diplômantes se déroulent tous les 3 ans, avec l'écriture d'un journal de bord ou d'un mémoire.
- Un suivi en Formation Continue est proposé pour actualiser la théorie et la pratique. Elle donne accès à l'agrément et à l'inscription dans l'annuaire des Pédagogues en Art Martial Sensoriel Diplômés et Agréés.
- M. De Nardi est accompagnée d'une équipe de Professionnels Diplômés en AMS et/ou en SPP.
- Un livre sur l'Art Martial Sensoriel est à paraître.

<sup>1</sup> AMSAI : AMS Association Internationale

<sup>2</sup> Fondés par Danis Bois, chercheur et professeur à l'Université Fernando Pessoa de Porto, directeur du Centre de Recherches Appliquées en Psychopédagogie perceptive (CERAP). Siège : 71 boulevard Brandebourg 94200 Ivry - 01 56 20 10 10

<sup>3</sup> La GSP est une méthode d'accompagnement et de préparation globale à l'Accouchement/Naissance/Parentalité

## ORIGINES

*Issu de la rencontre de Martine De Nardi avec l'Aïkido et la Somato-psycho-pédagogie, l'Art Martial Sensoriel (AMS) est une synthèse de ces disciplines. Il est né il y a 19 ans d'une recherche scientifique et humaniste profonde, et d'un questionnement : qu'est-ce qui éloigne l'être humain de son corps, de sa capacité relationnelle, de sa capacité d'adaptation, du sens de sa vie ? Et qu'est-ce qui l'en rapproche ?*

### L'Art Martial Sensoriel c'est...

*Une activité physique non compétitive*

*Un nouvel art martial sensible et constructif au service de la vie*

*Une somato-psycho-pédagogie martiale*

### Avec différents axes d'approche :

#### Art & Science Pédagogiques

*Science du mouvement et de la perception*

*Action sensorielle puissante et douce*

*Équilibre entre agir et non agir...*

*Approche rigoureuse et ludique*

*Apprentissage à apprendre de son expérience*

*Invitation à devenir acteur et responsable de sa vie*

#### Art & Science Relationnels

*Gestion des conflits / autorité / négociation...*

*Relation sans prédominance à soi, à l'autre...*

*Apprendre de la différence de l'autre*

*Potentialisation des contraires*

*Réciprocité, empathie active et consciente*

*Écoute, mise en action, en parole et en réflexion...*

*Articulation entre autonomie et cohérence globale*

*Autre rapport à soi, à l'autre, au monde...*

#### Art & Science Thérapeutiques

*Thérapie personnelle et systémique (couple, famille...)*

*Approche gestuelle, manuelle, introspective et verbale*

*Expression de ses élan de vie*

*Potentialité des profils psychologiques*

*Coping assertif (gestion de l'événement avec une juste affirmation de soi...)*

*Rapport à son potentiel de résilience*

*Renouvellement de soi*

## STAGES PONCTUELS

*Chaque stage peut être fait seul ou faire partie d'un cycle*

### LIEUX / DATES / THÈMES

*(Dates non chronologiques)*

#### Paris

**16 au 18 décembre 2011 (3 jours)**

**« Identité et altérité »**

*Comment ne pas se perdre dans la relation à l'autre et ne pas perdre l'autre dans la relation à soi...*

**23 février 2012 (Soirée de l'AMSAI)**

**« La résilience relationnelle »**

*Voir texte dans le stage Provence du 12-13 au 18 août*

**24 au 26 février 2012 (3 jours)**

**« La générosité relationnelle »**

*Comme le dit Danis Bois : « La générosité dans la relation à l'autre est de faire pour l'autre ce que l'on ne ferait pas pour soi-même ». Peut-on alors envisager que la générosité dans la relation à soi serait aussi de s'offrir à soi-même ce qui a été mobilisé pour l'autre ?*

#### Pyrénées (65 - Arreau)

**26 au 28 mai 2012**

**(3 jours : samedi, dimanche, lundi)**

**« Réciprocité relationnelle »**

*Comment développer une interaction équitable, consciente et réactualisée à chaque instant, dans la relation de couple, familiale, professionnelle, et dans sa relation au monde.*

#### Provence (04 - Alpes de Haute-Provence)

**6 au 8 avril 2012 (3 jours) (groupe d'hommes)**

**« Apprendre autant de la douceur que de la douleur »**

*Au-delà du sport, comment développer un rapport à soi et à l'autre, fondé sur une écoute et une rencontre puissante avec le corps, dont l'intelligence nous informe de nos capacités comme de nos limites...*

**12 (débutants\*) ou 13 au 18 août 2012**

**(7/6 jours)**

**« La résilience relationnelle »**

*Comment rebondir par rapport aux événements relationnels difficiles ou heureux afin de les transformer en opportunité d'apprentissage dans la relation à soi et à l'autre... (Seul, en couple, en famille avec enfant dès 7 ans)*

*\* Pour ceux qui le souhaitent, une journée avant le stage (12 août), vous est proposée avec un pédagogue diplômé en AMS, afin de travailler certaines bases. Merci de vous renseigner.*

*Pour accéder à ces stages il est préférable d'avoir effectué 2 cours d'AMS ou de SPP avec un praticien diplômé (voir listes sur les sites Internet correspondants)*

## BULLETIN D'INSCRIPTION

*A retourner 21 jours avant le stage  
à M. De Nardi - La Brémonde - 04110 Vachères*

NOM : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

E-mail : .....

Tel : .....

Date de Naissance : .....

Profession : .....

Pratique AMS (nombre de stages) : .....

Pratique SPP ou Fascia (Diplôme/année) : .....

Pratique Martiale (laquelle/nombre d'années) : .....

Comment avez-vous rencontré cette approche ? .....

Demande de prise en charge par un organisme de formation continue : .....

Nom & Adresse de cet organisme : .....

**Merci de retourner ce bulletin, en joignant un chèque d'arrhes à l'ordre de Martine De Nardi de : 10 € (Soirée de l'AMSAI), 100 € (3 j), 150 € (6 j) ou 170 € (7 j)**  
*(somme remboursée uniquement avant un désistement de 21 jours précédant le stage)*

**Je m'inscris au(x) stage (s) :**

● du ..... au ..... à

● du ..... au ..... à

● du ..... au ..... à

Date : .....

Signature : .....



Art Martial Sensoriel (AMS)  
Marque déposée