



Nada Danse®

« Un chemin de développement de soi
et de libération de son énergie créatrice par les 5 sens »



https://www.youtube.com/watch?v=rbU_onS1Yic

Contact :
Franck Kuntz – 06 75 84 28 68
franck.kuntz@cinqplus1.com

Le propos

Nada Danse® (ou Danse du son, traduit du Sanscrit) est un **chemin** plutôt qu'un concept ou une technique.

Il a été élaboré par Franck Kuntz suite à **une vingtaine d'années de recherches**, en tant que directeur d'établissements artistiques, pédagogue, chorégraphe, musicien, professeur de yoga, créateur de parfums (...)

Cette pratique innovante et unique **basée sur les 5 sens** a été développée à l'origine au sein de la compagnie de danse professionnelle **Yanada** et portée par une entreprise axée vers le développement personnel : **Pran'Aum**, relayée aujourd'hui par la Société 5+1.



Il s'agit d'une pratique, qui se danse avec soi, avec ses émotions, avec tout son corps, ses os, muscles, nerfs, sang, cellules ; qui se danse avec les autres, avec l'énergie, la nature, l'environnement. Elle est bien plus qu'une simple pratique dansée : c'est un **chemin de guérison, de créativité, et de connexion intérieure**, qui permet aux participants de se libérer, de se rééquilibrer et d'atteindre un état d'harmonie profonde avec eux-mêmes et leur environnement.

Si le mouvement et la danse tiennent une grande place dans cette pratique, ils n'en ont pas l'exclusivité.

Nada Danse® se distingue des autres formes de danses libres par sa capacité à créer une **expérience sensorielle complète**, où le **mouvement**, le **son**, le **toucher**, l'**olfaction**, la **vue** et l'**énergie** s'entrelacent pour offrir une **pratique de transformation** personnelle.

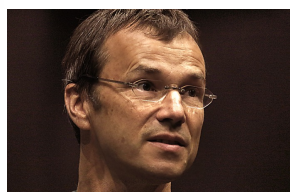
Une approche holistique

Cette **approche holistique et non codifiée** s'appuie sur des **enseignements croisés** issues du Yoga, du Tao, et de différents courants de **danses ethniques ou contemporaines**, du **contact-impro**... Mais aussi sur les dernières recherches des Neurosciences, de la physique quantique et de la cymatique.

Ce qui la distingue particulièrement, c'est cet ingrédient très spécial : ce **lien privilégié avec nous mêmes**, qui s'établit grâce à la **symbiose mouvements-sons**. Il permet notamment le développement du **ressenti vibratoire**.

Cette danse se veut **libre, respectueuse** de soi, de l'autre, dans une totale non-violence, dans la **douceur** et l'**Amour**. Elle est **sésame de la Conscience**.

“



Le résultat de mes recherches offre un véritable chemin de créativité, d'ouverture et de développement qui s'adresse à tous, artistes confirmés ou néophytes. Cette voie nouvelle et unique vise au développement de notre énergie créatrice, par la transformation de soi, avec pour instruments principaux la vibration, le corps, les sens et la conscience.

”

Ce qui fait de Nada Danse® une expérience sensorielle unique

Le sens gustatif est sollicité durant les journées de stages, grâce aux repas partagés, moments de découverte et de convivialité

Le goût

L'approche de cette forme de danse libre permet de s'approprier son corps et de rentrer dans une confiance avec lui dans la joie

Le mouvement



L'olfaction

Aspect exclusif de Nada Danse®:
l'intégration de parfums soigneusement choisis ou conçus pour les séances dans le but d'induire des états de relaxation particuliers, ouvrir l'esprit et favoriser une connexion émotionnelle plus profonde et directe.

Rééquilibrer l'énergie du corps et éveiller la conscience par le choix et l'utilisation de musiques et de fréquences vibratoires (cf Tao du son) spécifiques.

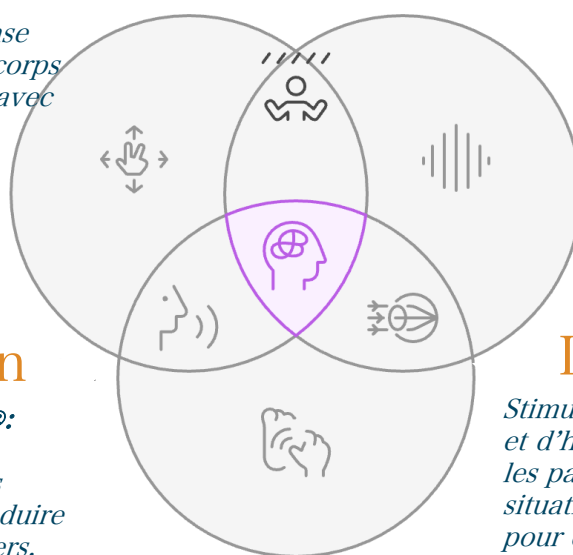
Le son

La vue

Stimuler les compétences d'esthétique et d'harmonie grâce à des moments où les participants sont placés en situation d'observateurs/spectateurs pour contribuer au développement de la proposition artistique des autres participants grâce à la pratique du feed-back bienveillant.

Le toucher

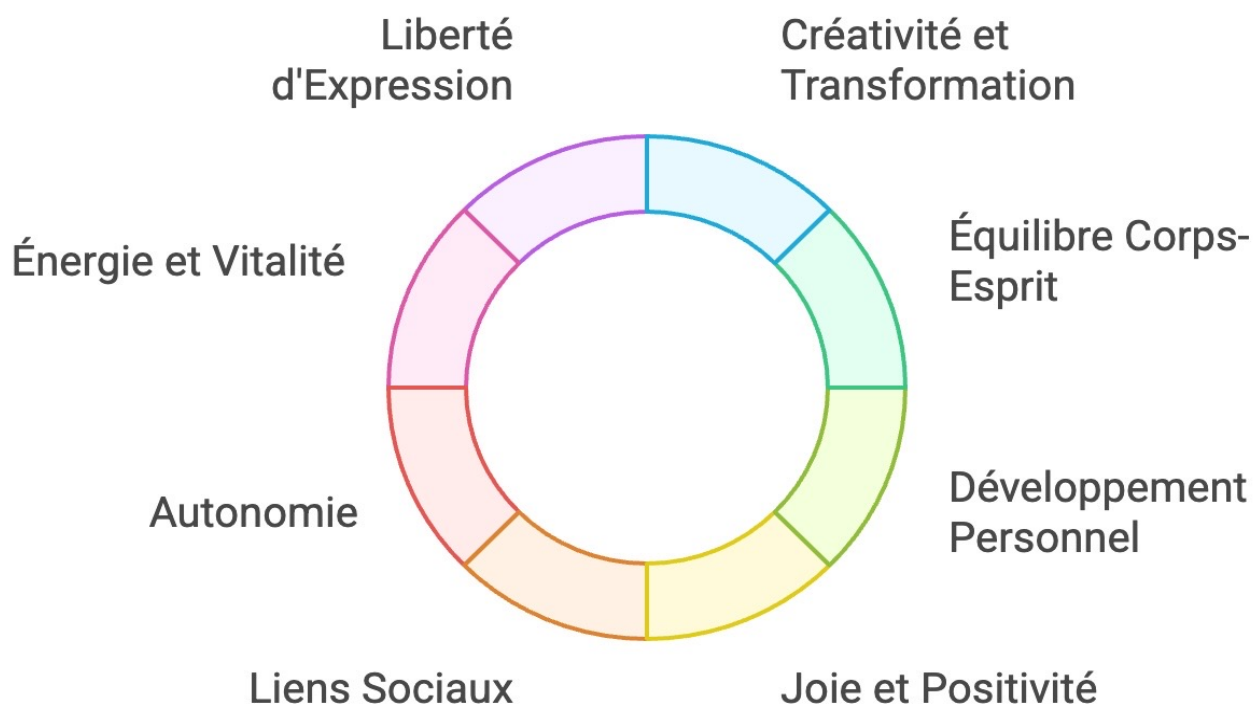
Apprendre à entrer en contact avec l'autre dans un toucher respectueux, permet de dynamiser, rassurer, facilite le développement d'un rapport plus équilibré avec le corps, ouvrir le champ du potentiel de chaque participant.



Une expérience sensorielle complète conçue pour offrir une pratique de transformation personnelle où l'énergie de chacun aidé par l'énergie des membres du groupe est stimulée, développée, optimisée, rééquilibrée.

Objectifs et bénéfices de Nada Danse®

Un chemin d'ancrage, de développement, d'estime de soi, de libération de son énergie créatrice. En un mot : un espace de ressourcement total !



Nada danse® permet:

- de s'approprier son corps et rentrer dans une confiance avec lui dans la joie
- d'éclairer notre richesse intérieure et éblouir les parties sombres en nous pour mieux les accepter
- de nous mener dans une attitude positive, d'élan, de vitalité, de confiance, de dépassement de soi, de créativité
- de développer, d'optimiser sa propre énergie et de rééquilibrer nos polarités aidé par l'énergie de l'autre, du groupe
- de libérer les tensions, d'accéder à une détente profonde, de se sentir plus uni
- de renforcer notre capacité à être en lien avec l'autre

“C'est une forme de **danse méditative** qui, en nous invitant parfois à flirter avec des états de transe, **nous rapproche de notre spiritualité et du sacré**. Un espace où l'ETRE, développant ses potentiels, tend vers la danse de Shiva, la **danse de l'Energie, la danse de la Vie**. Franck Kuntz

- **Une pratique holistique et thématique** : chaque séance de **Nada Danse®** est construite autour d'un **fil conducteur thématique**, avec des objectifs clairs et une intention spécifique pour chaque rencontre. Ce travail vise une progression harmonieuse, permettant aux participants de vivre un **processus intégratif**, allant de l'exploration du corps et de l'énergie à une transformation plus profonde.
- **Tous les sens sont explorés à chaque séance.**
- **Chaque séance inclue 1 ou plusieurs des cercles de parole**, offrant un espace de partage et de réflexion, permettant aux participants d'intégrer leur expérience émotionnelle et sensorielle dans un cadre collectif.
- **Des encadrants qualifiés**
L'animation ou l'encadrement des séances sont réalisés par Franck Kuntz : musicien professionnel, chorégraphe, professeur de yoga, créateur de parfums et énergéticien, créateur de la méthode. Ses compétences se combinent pour créer une pratique très spécifique, garantissant à la fois la maîtrise de chacun des domaines constitutifs de Nada Danse® et à la fois la sécurité des participants.

Dans le cadre du rayonnement de Nada Danse® dans différents lieux et régions de France, les séances sont animées par des ambassadeurs et/ou enseignants formés par Franck Kuntz (et intervenants 5 + 1), garantissant le cadre et la qualité du service.
- **Une pratique en perpétuelle évolution** : Nada Danse® s'appuie aussi sur les dernières recherches des neurosciences, de la physique quantique et de la cymatique. De même qu'elle sait évoluer grâce à l'apport précieux de l'expérience des participants, dont elle se nourrit perpétuellement, afin d'être toujours en phase avec la réalité du terrain.



Exemples de contenu des séances

- Pratiques de yoga : Asanas, Pranayamas, Yoga nidra, Yoga du son, Yoga duos, Yoga danse
- Méditations, méditations en mouvement.
- Son : approches vocales et jeux de corps ou d'accessoires
- Danses : libres, intuitives ou dirigées, contact impro.
- Toucher : propositions facultatives de contacts
- Expériences olfactives
- Cercles de paroles

Méthode et encadrement

- *Nada Danse®* est **ouverte à tous**, sans aucun préalable technique, aux débutants, comme aux artistes confirmés.
- Elle se pratique dans un **cadre sécurisé**, où l'on peut se permettre de **dépasser ses limites** physiques, passer les barrières mentales ou morales, **libérer, exprimer, extérioriser, lâcher la pression** du quotidien ou du poids de la vie.
- Bien que les séances ou les stages soient guidés, elle **se pratique de manière autonome et improvisée, avec des gestes libres et propres à chacun**. **Tout passe par le corps**, dans une **approche progressive** de ce dernier, de l'espace, de l'environnement et de l'autre, dans le respect le plus total.
- Les participants se laissent porter par le son, l'air, les parfums, le groupe, l'énergie, pour **s'ancrer et décoller à la fois**.
- La liberté est totale, car **tout part de soi**.
- Nous utilisons des sons issus de l'environnement, de notre propre corps, de notre propre voix, de musiques vivantes ou enregistrées et des odeurs spécifiquement élaborées selon le thème proposé.
- La séance comprend des **cercles de parole** pour intégrer l'expérience et de larges **temps de récupération**.



Le truc en plus :
Utilisation de
supports olfactifs
spécialement conçus
pour chaque séance



Chiffres clés et perspectives

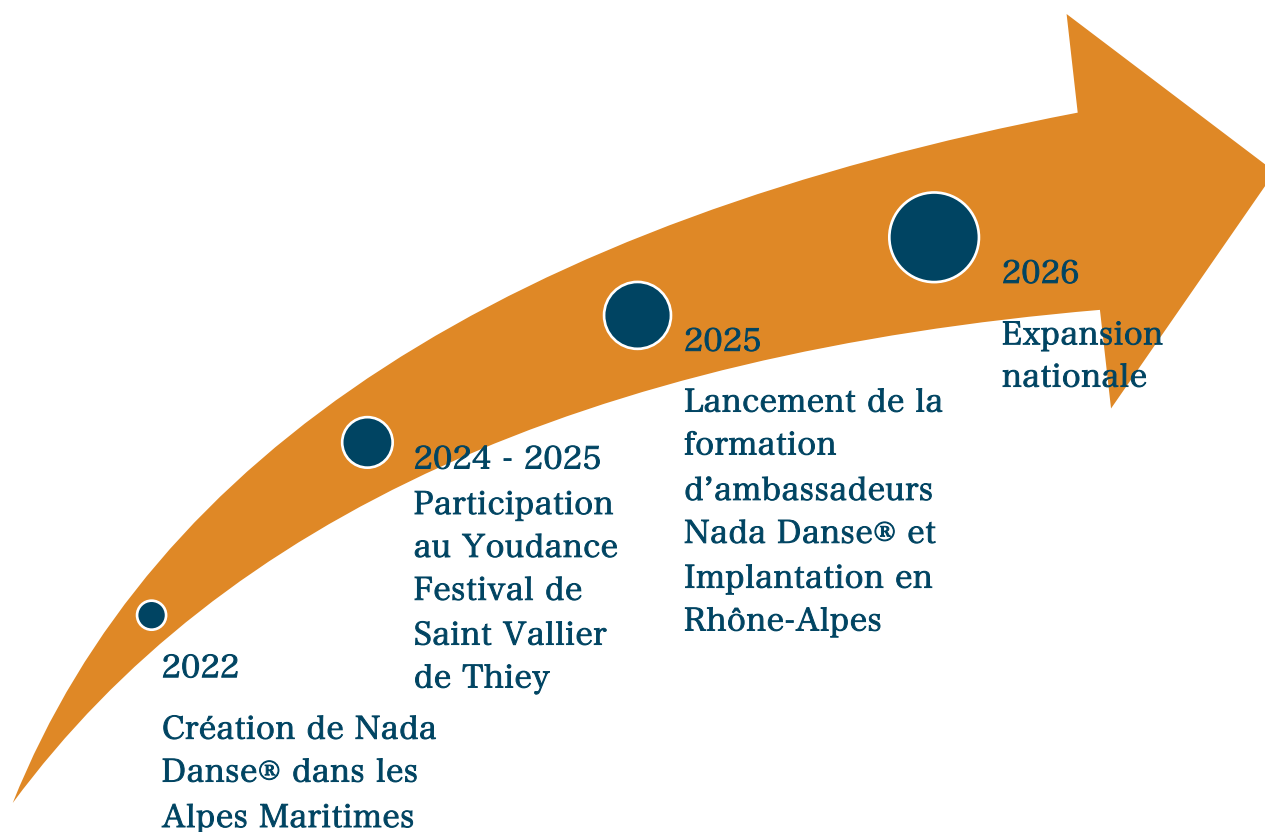
**50 ateliers
animés depuis
la création de
Nada Danse®**

**10 stages
organisés**

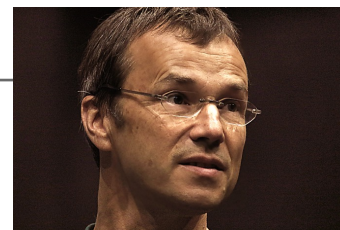
**Participation
aux festivals**

Animation d'ateliers
aux Festivals
Youdance 2024 et
2025

**Plus de 350
participants
rencontrés**



Le porteur du projet et intervenant principal : Franck Kuntz



Formation artistique

Parallèlement à des études artistiques supérieures, au conservatoire de Strasbourg, ainsi qu'à l'Université de Strasbourg 2 et Paris 8, **Franck Kuntz** conduit de nombreux projets artistiques, notamment dans le domaine du jazz et des musiques improvisées. Après avoir enseigné parallèlement l'éducation musicale, la guitare basse, l'improvisation, le jazz et les musiques actuelles, c'est en 1997 qu'il entame sa carrière de directeur de conservatoires de musique, danse et art dramatique. Il décide d'étendre sa formation artistique en se formant à la danse contemporaine dès 1999 et s'enflamme pour cette symbiose musique/danse, mouvement/sons, qui apparaît désormais comme une évidence, tant en termes d'impact dans l'interprétation, que dans le domaine de la création ou de l'indissociable pédagogie.

Glissement vers l'art chorégraphique

Cet élan, porté par la révélation du joué(er) juste, réinterrogera désormais chez lui, le rapport, qu'entretiennent la musique, le son, la vibration, avec le corps. Déjà fortement animé par une curiosité des différents domaines artistiques, *Née de l'eau* (1994 – France 3 Alsace), honorant une commande du plasticien Georges Reeb, témoignait déjà d'une volonté de croisement des arts. Le glissement progressif vers l'art chorégraphique l'amène à participer en 2003, aux travaux de la compagnie Grégoire & co *Le corps musicien*, ou encore à composer une pièce pour une danseuse et seize musiciens *Peau de fleur*, puis un opéra *les 7 jouets capitaux*, en 2006, ou encore *Chorésition* en 2015, puis *Rouler dans l' »R » jusqu'à l'accent-tuer* en 2017 et *Sève de la Terre* en 2018.

La rencontre corporelle du mouvement et du son

Il crée en 2010, au conservatoire de musique et d'art dramatique de Quimper, un atelier musique et danse. Basé sur l'expérimentation et la transgression, ce laboratoire, axe ses recherches et confronte les regards, autour des effets de la rencontre du mouvement et du son. Cette expérience allant au-delà de la collaboration entre deux esthétiques, vise à entrer dans le geste et la profondeur artistique par l'intermédiaire d'un instrument commun : le corps.

Tentant de s'extraire à la fois de l'écoute passive, mais aussi de la notion de visuel, le corps du danseur, du musicien ou du comédien étant par essence un producteur de sons, Franck Kuntz investit avec passion, cette forme de déplacement du visible dans l'écoute.

Malgré cette affirmation progressive en tant que chorégraphe, il n'en délaissera pas pour autant sa pratique de musicien et danseur, tout en assurant ponctuellement diverses missions d'expertises, auprès de certaines instances nationales. Il œuvre aussi occasionnellement en tant que formateur et conférencier, auprès de différents organismes.

Création de la Compagnie Yanada

Il mettra entre parenthèses, en août 2013, ses responsabilités de directeur de conservatoire, pour se consacrer exclusivement à ses recherches artistiques, ainsi qu'à la pédagogie, et créera la Cie Yanada en 2015. Au-delà des pratiques corporelles danse et arts martiaux, il complète désormais ses investigations en se consacrant de manière intensive au yoga (professorat), à la méditation et aux massages. Cette évolution surcline cette recherche de la relation du corps avec « soi », et amène aussi à reconsidérer la place de l'artiste dans le processus de création ou d'interprétation.



Ses recherches actuelles s'orientent vers un travail spécifique autour de la question de la naissance du son par le mouvement / du mouvement par le son, et de ce rapport intime que le corps cultive avec le son, ou encore l'« Etre-artiste » avec la vibration. Il se penche sur une lecture autre du monde sonore. L'ensemble de son projet artistique résulte d'une expérience humaine et professionnelle, qui se veut libre et décalée.

Créateur d'identité olfactives

Franck ayant choisi une carrière musicale alors qu'il aurait pu tout aussi bien s'orienter vers une carrière d'œnologue, revient dans les années 2020 à ses premières amours en déployant son hypersensibilité olfactive au service de la création de parfums sur mesures pour les particuliers et les entreprises après avoir été formé à Grasse capitale mondiale de la Parfumerie.

La compagnie Yanada a été créée en juin 2015, sous l'impulsion de Franck Kuntz, compositeur, chorégraphe et pédagogue.

Implantée initialement en Bretagne, la compagnie rayonne dans différentes régions et œuvre avec des artistes de provenances géographiques très diverses.

Son objectif principal est centré sur la question des liens qui unissent ou nourrissent la musique et la danse, le mouvement et le son.

Les travaux de la compagnie s'articulent autour de deux axes principaux :

- La création et la diffusion de spectacle vivant
- La mise en œuvre d'un pôle de recherches, de développement et de transmission en direction de tous les publics, des liens musique et danse, mouvements et sons



“ Danser c’est être musicien ; chanter ou jouer d’un instrument, c’est entrer dans la danse. À partir d’une observation fine du monde sonore dans lequel nous baignons, nous observons ses effets sur notre corps et sur le mouvement dansé. Le son comme source de créativité du mouvement, mais aussi l’effet miroir du mouvement sur le son. ”

Yanada est une compagnie, dont l’objectif principal est centré sur la question des liens, qui unissent ou nourrissent la musique et la danse, le mouvement et le son.

La société 5+1

5+1 est née de la rencontre entre Franck Kuntz, parfumeur atypique, artiste pluriel, coach et professeur de yoga ; et Ariane Sire, consultante-formatrice en développement du capital humain, psychologue et yoga-thérapeute.

Portés par des valeurs communes d'authenticité, de liberté, de créativité, de plaisir et de curiosité, ils donnent naissance à une entreprise à la croisée des arts, du soin, du développement personnel et du conseil en entreprise : une société dédiée à l'exploration et à la révélation de l'être profond ainsi qu'à l'harmonie et à l'équilibre des écosystèmes organisationnels humains.

Les différents domaines d'activités de 5+1 portent une même ambition : accompagner chacun·e à devenir pleinement soi et accompagner chaque organisation à développer son potentiel d'où le slogan : *Devenez qui vous êtes vraiment !*



“ *Nada Danse® est le cœur battant de l'activité Arts Vivants développée par 5+1 en collaboration avec la Compagnie Yanada.*

Dans cette activité des Arts Vivants, nous voulons promouvoir toutes les façons de se développer grâce aux 5+1 sens. ”