

ROCK'N ROLL ENDIABLÉ, SALSA RELEVÉE, TANGO SENSUEL, VALSE FÉRIQUE, BALLET CLASSIQUE OU SLOW ROMANTIQUE, EN TUTU OU EN ROBE LONGUE,  
LA DANSE TRAVERSE LES SIÈCLES... À CHACUN SON TEMPO.

# TEMPS : DANSE

# SEMAINE LIBRE COURS

## DU 8 AU 17 DÉCEMBRE 2021



ÉCOLE MUNICIPALE DE DANSES • GONFREVILLE L'ORCHER

02 35 13 16 61 • GONFREVILLE-L-ORCHER.FR



## SEMAINE LIBRE COURS

A cette occasion, toutes les personnes désirant "s'essayer" aux disciplines proposées (cours hebdomadaires) par l'École municipale de Danses seront accueillies avec plaisir par l'ensemble de l'équipe.

C'est pour tous l'occasion de pratiquer la danse, de mieux définir les différents styles proposés et pourquoi ne pas vous guider dans votre choix pour la saison prochaine ! Cette quinzaine est proposée aux élèves de l'école ainsi qu'à toutes les personnes qui souhaiteraient s'initier aux différents cours proposés.

**Attention, le planning de cette période exceptionnelle est particulier. Pour les cours réguliers, veuillez vous renseigner auprès de l'école de danses.**

### MERCREDI 8 DÉCEMBRE

hip hop préparatoire	11/13 ans	de 13h à 13h45
hip hop élémentaire	12/14 ans	de 14h à 14h45
hip hop intermédiaire	ados/adultes	de 15h à 15h45
hip hop avancé	ados/adultes	de 20h à 20h45

### SAMEDI 11 DÉCEMBRE

danse classique	enfants débutants	de 10h à 10h45
danse classique	enfants initiés	de 11h à 11h45
danse classique	enfants confirmés	de 12h30 à 13h30
danse classique	ados/adultes	de 14h à 15h15
éveil à la danse	4/5 ans (Mayville)	de 15h30 à 16h
initiation à la danse	6/7 ans (Mayville)	de 16h30 à 17h
danse de société	débutants	de 14h à 15h
danse de société	intermédiaires	de 15h à 16h
danse de société	initiés	de 16h à 17h

### LUNDI 13 DÉCEMBRE

ragga	11/14 ans (niv.1)	de 17h15 à 18h
ragga	11/14 ans (niv.2)	de 18h15 à 19h
ragga	ados/adultes (déb/inter)	de 19h15 à 20h
ragga	ados/adultes (avancé)	de 20h15 à 21h

### MARDI 14 DÉCEMBRE

éveil	4/5 ans	de 17h15 à 17h45
barre au sol		de 18h à 19h
jazz	avancé	de 19h à 20h15

### MERCREDI 15 DÉCEMBRE

jazz	enfants déb. (8/10 ans)	de 10h à 10h45
initiation	6/7 ans	de 11h à 11h45
jazz	préparatoire (8/9 ans)	de 13h à 13h45
jazz	pré-élémentaire 2 (11/12 ans)	de 14h à 15h
jazz	élémentaire 1	de 15h15 à 16h15
jazz	moyen	de 17h à 18h

### JEUDI 16 DÉCEMBRE

jazz	pré-élémentaire (9/10 ans)	de 17h15 à 18h
danse contemporaine		de 18h30 à 20h
danse africaine		de 20h15 à 21h15

### VENREDI 17 DÉCEMBRE

jazz	élémentaire 2	de 17h15 à 18h15
jazz	adultes	de 18h30 à 19h30
jazz	inter	de 19h45 à 21h

## DESCRIPTIF DES DISCIPLINES

### ÉVEIL À LA DANSE (4/5 ANS) - INITIATION À LA DANSE (6/7 ANS)

Compte tenu des principes anatomiques et de croissance des enfants de 4 et 5 ans, ils ne peuvent avoir qu'une approche globale sous forme d'éveil à la danse, les préparant à un cycle d'initiation qui ne débutera qu'à partir de 6 ans. L'éveil et l'initiation sont des phases d'apprentissage du mouvement de sorte que dès 8 ans, l'on puisse orienter l'enfant vers une discipline bien définie. Les professeurs feront de ces cours un moment agréable tout en transmettant un savoir, un langage... dans le but de développer le talent artistique qui se cache derrière chacune des petites frimousses.

### DANSE CONTEMPORAINE

"La danse... L'art de tout dire par les gestes". Et c'est dans le ressenti du corps que la danse contemporaine puise son vocabulaire. En composant avec Énergie, Poids, Temps et Espace, elle vise la recherche du mouvement libre de toutes contraintes corporelles. Entre fluidité et rupture, explorant différents univers musicaux, elle offre un partage entre le professeur et ses élèves à travers différents imaginaires et sensibilités.

### DANSE JAZZ (DÈS 8 ANS)

La danse jazz est composée de formes aussi nombreuses et différentes que la danse folklorique africaine, plus communément appelée danse primitive, la danse classique, moderne, la comédie musicale, la "show dance", la danse sociale et divers apports ethniques et culturels... Des personnalités comme Jack Cole, Catherine Duncan, Bob Fosse (...) sont des référents artistiques et cinématographiques qui ont contribué à la construction et à l'héritage de la danse jazz. La danse Jazz : c'est le son de Charlie Parker, la voix d' Ella Fitzgerald, la danse de Matt Mattox...

### DANSE CLASSIQUE

*"Elle s'est tellement hissée vers les cieux qu'elle s'est retrouvée sur les pointes"*

Ces quelques mots prononcés par un admirateur de Marie Taglioni, la première danseuse romantique, résument à eux-seuls, la danse classique. Elévation, grâce, souplesse et fluidité, telles sont les ambitions de la danseuse classique. Bien sûr, l'apprentissage est difficile, et surtout, il se fait au prix d'efforts constants et de patience, mais le résultat n'en est que plus gratifiant. La danse classique est aussi l'apprentissage d'un maintien, d'une allure qui ne peut être qu'un atout dans un monde où l'apparence est si primordiale, quels que soient votre âge ou vos capacités.

### DANSE HIP HOP (DÈS 11 ANS)

Né dans les années 70 aux Etats-Unis, le Hip Hop plus qu'une danse est un état d'esprit. Riche par sa culture et sa multitude de styles, on le danse en freestyle ou en chorégraphie. C'est avec une énergie débordante que les professeurs vous entraînent dans cette technique, issue de la rue, mais qui a su trouver sa place au sein de ce monde artistique.

### DANSE AFRICAINE

Menés par un professeur de danse africaine et accompagnés par un percussionniste, ces cours vous permettront de voyager entre Congo et Guinée, sur des rythmes et danses traditionnels ou modernes.

### DANSE DE SOCIÉTÉ

Les danses de société sont essentiellement des danses de couple comme la valse, le tango, la samba, le paso doble, le cha cha cha... Vous pourrez vous initier à toutes ces danses, notamment le rock et la salsa. Le rock nous vient des années 50 et se danse en couple. Son ancêtre est le Jitterbug de la famille des danses swing. La salsa (mot espagnol qui signifie "sauce") désigne à la fois une danse et un genre musical latino-américain. Elle fait partie des danses de société dans laquelle chacun et chacune peut trouver du plaisir à bouger...

### DANSE RAGGA (POUR ADOS ET ADULTES)

Entre hip hop et danse africaine, le ragga est une technique récente qui vous fera voyager dans un univers rythmé...

### BARRE AU SOL

Le nom de cette discipline peut réveiller les rêves de ballerines... mais la barre au sol se pratique au sol sans barre ! En effet, les exercices qui s'effectuent normalement debout sont adaptés au sol. Cette pratique favorise l'assouplissement et le travail musculaire tout en gardant les notions de la danse classique comme "l'en dehors". Cette technique est un bon moyen pour raffermir les muscles et favorise le maintien corporel... Alors courage, on vous attend.

## DANSE ORIENTALE DIMANCHE 5 DÉCEMBRE (avec Mathilde Chavanne)

enfants (7/11 ans)	de 14h à 15h30
pré-ados (12/15 ans)	de 15h30 à 17h
ados/adultes	de 17h à 18h30

En 2012, Mathilde découvre l'univers de la danse orientale : le coup de foudre est instantané. Après 9 ans d'études auprès de grands professeurs renommés, elle décide de devenir à son tour professeur de cette discipline. Quels que soient votre morphologie, votre mode de vie, croyances divines ou non et votre origine, cette danse millénaire ne doit pas freiner votre curiosité. La danse orientale possède de nombreux bienfaits : elle améliore votre grâce, souplesse, équilibre, posture, expressivité ; elle tonifie et renforce les muscles ; vous aide à évacuer le stress et à prendre confiance en vous.

### TARIFS DU STAGE

- 1,50€ pour les "Jeunes Colombes"
- 3€ pour les "Colombes"
- 6€ plein tarif

## HIP HOP SAMEDI 18 DÉCEMBRE (avec Steven Deba)

débutants	de 10h à 11h
intermédiaires	de 11h15 à 12h15
avancés	de 12h30 à 13h30

### RAGGA

débutants	de 14h à 15h
intermédiaires	de 15h15 à 16h15
avancés	de 16h30 à 17h30

Membre du groupe ALLin Dance Crew (champion de France 2016 des Hip Hop International France, champion de France World of Dance 2017, entre autres...) Steven Deba est professeur de danse depuis 9 ans. Amoureux de la musique, il base son style sur une écoute musicale poussée, une propreté du mouvement ainsi que sur la présence scénique. Il transmet son approche de la musique et de la danse à l'international et développe une pédagogie qui vous transporte et vous amène à vous dépasser.

### TARIFS DES STAGES (ADOS +12 ANS / ADULTES)

- 3€ pour les "Jeunes Colombes"
- 6€ pour les "Colombes"
- 12€ plein tarif

## L'ÉQUIPE DE L'ÉCOLE MUNICIPALE DE DANSES

**Carole Coustham** directrice, enseigne le jazz

**Jérôme Canavaglia** musicien accompagnateur, pianiste pour la barre au sol

**Laetitia Richard** enseigne l'éveil, l'initiation à la danse, la barre au sol et la danse classique

**Anne-Sophie Docteur** enseigne la danse jazz et l'initiation à la danse

**Margot Hamel** enseigne le hip hop

**Benjamin Ferey** enseigne le ragga

**Sophie Joumier** enseigne la danse africaine

**Hyacinte Massamba** musicien accompagnateur, percussionniste pour la danse africaine

**Anne Chétoui** enseigne la danse de société

**Nadja Debuf** enseigne la danse contemporaine

**Mathilde Chavanne** enseigne la danse orientale

**Christelle Sebbar, Amélie Gérard** agents d'accueil

**Dorothee Ménager** agent pour l'hygiène des locaux

