

# stage de danse improvisée / danse voltige

## CONTENU et PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

Chaque matin, Sylvie Souvairan proposera un temps de danse contact improvisation et de danse voltige ainsi que l'articulation entre ces deux disciplines artistiques. Une thématique physique sera abordée chaque jour donnant au fur et à mesure la possibilité d'acquérir les fondamentaux de ces deux disciplines.

A la fin des six jours, les différentes entrées en matières auront permis aux stagiaires d'acquérir une meilleure compréhension de la danse improvisée, danse contact improvisation et de la danse voltige.

### Danse improvisée

#### Echauffement

Mise en condition du corps, travail sur la conscience corporelle en fonction de la thématique choisie.

#### Danse au sol

Marches, démarrages, équilibres, déséquilibres, les différents contacts, appuis, poids, contre poids, les repoussés, les élans... l'écoute, le rapport au sol, à l'espace, à soi au groupe, l'expression sensible, les dialogues et jeux, la composition instantanée en danse

### Danse improvisée et danse voltige

- Passage de la danse au sol à la danse voltige.
- Se libérer de la tension de la corde en jouant avec la notion du poids ou pas.
- Travail sur l'accrochage et le décrochage, le passage de l'un à l'autre.
- Exploration des danseurs voltigeurs avec des danseurs au sol.

### Danse Voltige

#### Technique individuelle

- Chaque personne accrochée à une corde explorera tour à tour le mouvement proposé.
- Conscience de soi, accroché à une corde dans l'espace.
- Ressentir le mouvement, l'aborder, le répéter, le peaufiner et l'ancrer dans son corps
- Exploration de la corde avec plus de liberté en mettant en jeu sa part d'expression par petits groupes.

#### Techniques de groupe

- Conscience des autres dans un ensemble, être avec, s'accorder. Travail sur le cœur...
- Exploration du cœur dans une expression libre.

### Création chorégraphique

Sous forme de duos, trios, quatuors, ainsi que le groupe entier. Une chorégraphie sera offerte en public.

## HORAIRES

Avec Sylvie Souvairan

- Du dimanche au vendredi de 8H30 à 12h30
- A partir du troisième jour, préparation d'un temps de danse (trio, quatuor) qui sera offert le jeudi soir à un public.
- Jeudi à 20h30 : Présentation à un petit public local
- Départ vendredi à 16h après rangement, du studio et du gîte.

Sans la présence de Sylvie Souvairan.

- Du dimanche au mercredi entre 17h30 et 20h30  
1h de studio. Danse par petit groupe de 3 ou 4 personnes.  
et
- Du dimanche au mercredi de 21h à 23h  
Studio libre

## INFOS PRATIQUES

### Cuisine

Le gîte de Faragous est équipé d'une cuisine, les repas sont pris en charge et préparés par les stagiaires par équipe, une organisation est mis en place en amont entre les stagiaires.

### Hébergement

Faragous dispose de :

- 1 chambre de 6 • 1 chambre de 4
- 1 chambre de 2 • 1 chambre de 3

Le tarif ci-dessous comprend l'hébergement pour la chambre de 6 et de 4. Pour celles et ceux qui souhaitent dormir en chambre de 2 ou de 3 un supplément de 16€ pour les 6 nuits sera à ajouter au prix du stage.

## tarifs

Tarif préférentiel si inscription avant le 15 juin

### Tarif 1

- Inscription avant le 15 juin : **380€**
- Inscription après le 15 juin : 420€
- + Adhésion à la compagnie : 10€

### Tarif 2 - Etudiants, chômeurs, non imposables

- Inscription avant le 15 juin : **340€**
- Inscription après le 15 juin : 380€
- + Adhésion à la compagnie : 10€

### Ados non accompagnés

Selon le salaire des parents même tarification : tarif 1 ou 2  
Dans le cas ou deux personnes de la même famille seraient présentent : tarif 2  
Les chèques vacances sont acceptés.

### Renseignements • Inscriptions

Sylvie Souvairan • Compagnie aux Grands Pieds  
**06 52 02 58 23 • 04.66.35.04.91**  
1, rue poterie - 30250 Sommières  
cie.aux.grands.pieds@live.fr  
<http://compagnie-aux-grands-pieds.eclublog.fr/>