



FORMATION DE MISE A NIVEAU EN DANSE ET MEDIATION CHOREGRAPHIQUE 2024-2025

Durée : selon le parcours de formation retenu

Présentation :

La formation de mise à niveau permet à toute personne (professionnelle ou débutante) d'engager un processus de formation dans une ou plusieurs approches ou techniques de danse proposées à FREE DANCE SONG. Le cursus de formation est adapté et construit lors de l'entretien individuel d'admission en fonction de l'origine professionnelle du candidat.

Objectifs de formation :

Selon le parcours antérieur du candidat et les sessions définies :

- Acquérir des compétences de base en danse ou les consolider.
- Aborder la pratique de la médiation chorégraphique ou la consolider.

Compétences visées :

Elles sont à préciser en fonction du cursus de formation établi lors de l'admission

Prérequis :

Envoi d'un CV (justifier de 200h de danse quelle que soit la technique pratiquée) et d'une lettre de motivation.
Participation à 2 cours de danse (1 au choix et 1 imposé) Entretien individuel avec la direction

Modalités et délais d'accès :

Admission sur présentation de dossier et entretien - Inscription jusqu'à 15 jours avant le début de la session
Validation de l'inscription après versement de 30% du coût de la formation

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Référentes handicap: Nicole ESTRABEAU et Christiane de ROUGEMONT

Test d'admission pédagogique (préadmission), prenant en compte les besoins individuels de chacun.es.
Etude des possibilités d'élaboration d'un programme personnalisé. Adaptation des évaluations et suivi personnel régulier du stagiaire.

Dates :

A définir selon les sessions retenues voir ci-dessous le descriptif des sessions accessibles en formation courte

Tarifs :

Frais d'inscription : 90€ - Frais pédagogiques : 17€/H

Modalités d'évaluation :

Selon les sessions de formations retenues, les modalités d'évaluation de chaque parcours sont présentées lors de l'entretien individuel. A l'issue de la formation, Free Dance Song délivre une attestation de compétences ou une attestation de présence en formation.

Lieu des cours :

Espace Danse Gambetta : 64 rue Orfila - PARIS 75020 - M° GAMBETTA

Contacts :

Tel : 01.43.73.35.44 / freedancesong@free.fr / www.freedancesong.com

Liste et descriptif des sessions accessibles en 2024 / 2025

- **Histoire de la danse contemporaine (30h):** du 02/10 au 19/12 - 2024 les MERCREDIS de 9h30 à 12h30
Sylvie TIRATAY : La place de la danse au début du 20^{ème} siècle : la question du corps, l'inscription de la danse dans le monde des arts vivants (musique/arts plastique/théâtre) et dans la littérature . Les modernes et post-modernes en Europe et aux USA. Les années 60, l'éclosion de la danse thérapie. Evolution des années 80 à aujourd'hui. Performances et paysage de la danse aujourd'hui : influences , métissages, rayonnement de la danse aujourd'hui.
- **Fondamentaux en danse thérapie (30h):** du 08/01 au 26/03 -2025 les MERCREDIS de 9h30 à 12h30
Sylvie TIRATAY : Par le biais de l'improvisation, entrer progressivement dans un vécu personnel de ses mouvements. Découvrir la multiplicité des liens et interactions avec les autres à travers différentes démarches de gestion de groupe. Explorer et décliner dans sa danse les outils fondamentaux qui soutiennent et cadrent une démarche de danse thérapie.
- **Technique Katherine DUNHAM (30h):** du 03/10 au 19/12 - 2024 les JEUDIS de 09h30 à 12h30
Christiane de ROUGEMONT : Etudes des bases de la Technique Katherine Dunham dans ses fondements corporels et dans son idéologie. Cette technique renforce le placement du corps en travaillant sur l'ancrage, la tonicité, les rythmes et les isolations. Les exercices sont issus de l'observation par Dunham du travail corporel à l'œuvre dans les danses afro-américaines, qu'elles soient rituelles ou profanes.
- **Danses Jazz (30h):** du 09/01 au 26/06 - 2025 les JEUDIS de 9H30 à 11H00
Elise PALM : La danse jazz est à l'origine une expression populaire et théâtrale, née de la fusion entre les danses issues de la diaspora africaine aux U.S.A et les danses européennes. Elle comporte des positions de base et des pas codifiés dont la bonne maîtrise est essentielle. Elle s'appuie sur la relation à la musique et l'intégration de la pulsation rythmique pour improviser et développer son expression personnelle.
- **Rythme et danse (30h):** du 09/01 au 26/06 - 2025 les JEUDIS de 11H15 à 12H45
Christiane de ROUGEMONT : Définitions des principaux termes du langage musical et leurs correspondances dans le mouvement. Coordinations corporelles et sonores (voix, percussions corporelles et instruments). Écoute et analyse de différents styles de musique. Utilisation de la structure rythmique dans la création et la transmission.
- **Placement corporel (30h):** du 04/10/2024 au 27/06/2025 les VENDREDIS de 09h30 à 10h30
Christiane de ROUGEMONT : Entraînement progressif permettant de prendre progressivement conscience du fonctionnement de son corps, réguler ses efforts et développer ses capacités d'amplitude et d'équilibre. Approfondir le rôle de la respiration, en lien avec la trajectoire et l'intensité de chaque mouvement entre leurs différents points d'appuis.
- **Danse Contemporaine et composition (60h):** du 04/10/2024 au 27/06/2025 les VENDREDIS de 10H45 à 12H45
Camélia VEILLON : Explorer les fondamentaux techniques de la danse contemporaine : le travail sur le corps, le rapport au temps et à l'espace, la relation aux autres. Jouer entre stabilité et mobilité, prendre des risques, trouver ses appuis. Le cours se déroule en deux parties : un cours technique conclu par l'apprentissage d'une variation, et un atelier d'improvisation pour explorer sa créativité et mettre en pratique les apprentissages techniques de façon plus libre.
- **Anatomie par le mouvement (34h):** les 16, 17, 18/11/ et les 14, 15, 16/12 2024 SAMEDI -DIMANCHE- LUNDI
Tamara MILLA VIGO : « Les systèmes squelettique et organique » Apport théorique de l'anatomie, la physiologie et l'embryologie par l'approche empirique du corps vécu. Ce travail sur la perception propose des outils pour développer le potentiel de chacun. Démarche à la fois théorique et expérientielle permet d'intégrer les grands systèmes du corps humain par le mouvement et le toucher et écouter le langage du corps afin d'améliorer ses capacités d'apprentissage.
- **Introduction à l'Enseignement de Katherine DUNHAM (30h) :** SAMEDIS de 16H à 19H /DIMANCHES de 10H à 13H
Les 25-26/01, 8-9/03, 5-6/04, 17-18/05, 14-15/06 2025
Afin de vivre l'organicité naturelle de notre corps en harmonie avec la pulsation des tambours, Katherine Dunham a fondé son enseignement sur des lois physiologiques, (poids, ancrage, circulations internes, vibrations, écoute ...) mais aussi sur la prise de conscience personnelle profonde du sens symbolique de nos gestes et leur fonction régulatrice dans le groupe. Nous convoquerons le rythme, la mémoire et l'imaginaire, pour incarner sa propre danse et pour la partager