

Planning 2019 - 2020

LUNDI

Salle Fight'n Fit
Bordeaux BASTIDE

19h30	Débutants Céline & Raphaël
20h30	Modules Manon & Greg
21h30	Confirmés Manon & Greg

Modules :

- (T1) Connexion, Proposition, Déduction
- (T2) Musicalement vôtre
- (T3) Dream & follow

MARDI

Salle Brouss'art
Pessac

19h30	Débutants Camille & Quentin
20h30	Modules Oriane & Quentin
21h30	Confirmés Stéffi & Quentin

Modules :

- (T1) Bouge ton Body
- (T2) Multi-Swing
- (T3) Toi + Moi

MERCREDI

Centre Rythmes & Cie
Bordeaux VICTOIRE

20h30	Débutants Juliette & Greg
21h30	Intermédiaires Oriane & Greg

JEUDI

Salle OXYJM
Eysines

Salle 1

19h30	Intermédiaires Steffi & Quentin
20h30	Atelier Choré Quentin
21h30	Challenge Manon & Quentin

Salle 2

19h30	Débutants Céline & Thierry
20h30	Modules Manon & Raphaël

Modules :

- (T1) Structure de la danse
- (T2) Placements & déplacement
- (T3) MusiQualité

Les profs

Une belle équipe qui s'agrandit pour vous accompagner et partager leur passion !



Débutants

Vous débutez, vous n'avez peut-être jamais dansé ou vous ne connaissez pas le West Coast Swing.

Vous avez envie d'apprendre les bases de cette danse fun et moderne dans une asso conviviale !

Intermédiaires

Vous avez fait au moins 1 an de West Coast et vous commencez à sortir en soirée et vous commencez à faire quelques stages complémentaires.

Vous avez envie d'en savoir plus !
Plus de passes, plus de fun, plus de musique pour vous amuser encore plus !

Confirmés

Vous avez 2 ans minimum de West Coast dans les pieds. Vous allez régulièrement en soirées et vous faites des stages complémentaires.

Vous souhaitez améliorer votre niveau technique. Vous avez envie d'enrichir votre danse avec du style et des variations pour un effet "WAOUH !" en soirée !

Challenge

Cours qui propose du contenu interactif et participatif. Vous voulez vous dépasser, créer de nouvelles passes et développer votre style.

Pour ce cours le niveau **confirmé** doit être **validé** ou en **cours**.

Cours sur sélection individuelle à l'issue de la semaine d'essai.

Des modules divers et variés pour approfondir vos connaissances ou découvrir de nouvelles choses !

Structure de la danse

(confirmés et challenge)

Ce module s'adresse aux danseurs confirmés et challengers désireux de structurer et dynamiser leur danse par une musicalité pertinente, une gestion de leur énergie et de leur espace, et une utilisation judicieuse des opportunités de connexion.

Diverses techniques avancées seront développées lors de ce module ultra-global.

Placements et déplacement

(tous niveaux)

Ce module s'adresse aux danseurs désireux de travailler la technique WCS pure afin d'améliorer leur posture, leur équilibre et leur gestion de la danse à deux, et ce quel(le) que soit leur partenaire.

Des techniques de danse individuelle seront exploitées afin de rendre son WCS plus solides.

MusiQualité

(tous niveaux)

Ce module tous niveaux s'adresse aux danseurs désireux d'embellir leur danse par une interprétation musicale judicieuse, esthétique et maîtrisée, dans le sens de la connexion proposée.

Les notions de structures musicales et de niveaux d'interprétation seront abordées sous l'angle de la danse individuelle et à deux.

Les salles

BORDEAUX BASTIDE

SALLE FIGHT'N FIT
92, cours le Rouzic
33000 BORDEAUX

BORDEAUX VICTOIRE

CENTRE DE DANSE RYTHMES & CIE
17, rue de Candale
33000 BORDEAUX

Connexions, Propositions, Déductions

(tous niveaux)

Le WCS est une danse de connexion, qui s'appuie sur un certain degré de compréhension de la proposition leader et de la déduction follower.

Venez découvrir les diverses techniques de connexions et de réactions dans ce module technique à ne pas manquer !

Vous y découvrirez en profondeur ce qu'est le cadre en WCS ainsi que les divers types de connexions possibles au sein d'une même danse.

Musicalement vôtre

(Tous niveaux)

L'univers musical du WCS est vaste et ne cesse de s'agrandir, rendant les possibilités interprétatives illimitées.

Venez développer votre contraste et votre interprétation musicale en vous inspirant des techniques de danse des divers genres musicaux auxquels le WCS emprunte (blues, pop, hip-hop, zouk, rock et bien d'autres).

Beaucoup d'écoute musicale, de technique et de style en perspective pour des sensations fortes en soirée !

Dream and follow

(intermédiaires et confirmés)

Rien ne se passe jamais comme prévu... Et si c'était là tout l'intérêt de la danse à deux ?

Venez apprendre à créer de nouveaux mouvements à deux, à prendre des libertés, à rebondir sur les propositions de votre partenaire pour les enrichir et embellir votre danse.

Si vous souhaitez développer un style créatif et unique tout en vous amusant, ce module est fait pour vous !

EYSINES

SALLE OXYJ'M
101, avenue René Antoune
33320 EYSINES
Accès rocade sortie 8

PESSAC

SALLE BROUSS'ART MUSIQUE
11, rue Archimède bat 4
33600 PESSAC
Accès rocade sortie 14

Bouge ton Body

(tous niveaux)

Parce qu'on oublie parfois certaines parties de notre Corps, Bouge Ton Body est là pour t'apprendre à redécouvrir les possibilités de mouvement de ton Corps seul et à deux.

Au programme : isolations, travail sur la respiration, exercices sur tes appuis, assouplissements...

Et une fois que tu auras redécouvert ton corps autrement, alors on le bougera en rythme avec l'Autre.

Multi-Swing

(tous niveaux)

Viens renouer avec les racines du Swing. Au programme : jeux de jambes d'inspiration Jazz Roots, Lindy, Charleston et Rock'n'roll...

Ça va swinguer de plus en plus vite, de plus en plus doucement, avec ton/ta partenaire.

Toi + Moi

(tous niveaux)

Parce que Danser c'est être dans le moment présent, prendre le risque d'être imparfait pour aller à la rencontre de l'Autre sur la musique.

Ici on te propose de faire un pas vers toi, tes ressentis, la conscience de ton corps... puis un pas vers l'Autre.

Au programme : respiration, expériences des possibilités de connexions, énergie de mouvement...

Pour plus d'informations

 06 61 18 71 43

 Dance in west

 www.danceinwest.fr