

L'Association Souffles d'Orients

propose

Ateliers mensuels
Danse Orientale
Folklores Egyptiens



avec *Salomé Benslama*

Danseuse, professeur et chorégraphe

Un atelier par mois pour
découvrir ou approfondir
cet art subtil avec un
professeur passionné !

Renseignements et inscriptions :
association.soufflesdorients@gmail.com



Pour l'année 2016/2017, l'Association Souffles d'Orients propose des cours de danse orientale égyptienne sous forme d'ateliers mensuels de 2h30 aux thématiques variées.

Le professeur

Salomé Benslama est une artiste complète au parcours riche et varié. Danseuse, chorégraphe et professeur en danse orientale, musicienne depuis l'enfance, elle considère danse et musique comme deux arts étroitement liés et indissociables. En perpétuelle formation, elle cherche chaque fois à parfaire sa technique, son interprétation et ses connaissances pour faire de sa danse un authentique moyen d'expression.

Éprise de musique et de danse depuis son plus jeune âge, elle débute sa formation par douze années de violon classique au Conservatoire National d'Avignon. Attirée depuis toujours par l'Orient, elle pousse à 14 ans la porte de son premier cours de danse orientale et n'aura de cesse depuis de se former auprès des plus grands maîtres français et étrangers de la discipline. Elle perfectionne sa danse lors de nombreux stages dans toute la France, en particulier lors de séminaires professionnels intensifs ou de cours particuliers avec des professeurs réputés.

Soucieuse de transmettre sa passion, elle suit la formation professionnalisante à l'enseignement de la danse orientale dispensée par Yaël Zarca et l'Association Sultana à Paris. En 2016, son parcours artistique est reconnu par le Conseil International de la Danse dont elle devient membre.

Les ateliers

Les ateliers mensuels permettront de découvrir la danse orientale égyptienne ou de se perfectionner dans cet art et suivront une progression tout au long de l'année. L'objectif est de travailler la technique et les mouvements de danse orientale mais également d'aborder les différents styles qui la composent : sharqi, baladi, folklores... Les cours ne se limitent pas à l'apprentissage de techniques et de chorégraphies mais s'attachent également à faire découvrir la richesse culturelle des danses d'Egypte : informations sur les styles, les costumes, la musique, l'histoire...

L'objectif est que chaque élève développe sa confiance et s'épanouisse dans sa danse avec une rigueur technique, une sensibilité culturelle, un grand plaisir à danser et dans la bonne humeur !

Les ateliers se déroulent en quatre phases : un échauffement ostéo-articulaire puis cardio pour préparer le corps, un travail technique pour apprendre les mouvements, une phase d'enchaînements chorégraphiés ou d'improvisation guidée pour lier les mouvements entre eux et travailler la mémoire et enfin une phase d'étirements pour détendre le corps et éviter les courbatures.

Pour garantir la qualité de l'enseignement, les places sont limitées !

Lieu et horaires

Les ateliers se tiendront le dimanche de 14h30 à 17h au Studio de Danse du Lycée Frédéric Mistral à Avignon (entrée du studio par le boulevard Raspail, portail blanc au fond de l'impasse à côté de la gendarmerie).



Programme des ateliers

Dimanche 2 octobre 2016 : Initiation à la danse orientale et technique intensive (tous niveaux)

Découverte de la danse orientale pour les débutants, révisions techniques intensives pour les intermédiaire / avancés (objectif : renforcer les bases et gommer les défauts). Des groupes de niveau seront faits pour que chacune progresse à son rythme.

Dimanche 13 novembre 2016 : Sharqi, technique et chorégraphie

Travail technique puis combinaisons et enchaînements chorégraphiques dans le style Sharqi, style le plus emblématique de la danse orientale. Deux groupes de niveau seront faits avec des variations pour s'adapter au rythme de chacune.

Dimanche 11 décembre 2016 : Technique du voile et chorégraphie

Travail technique avec le voile et enchaînements chorégraphiés pour apprivoiser cet accessoire léger et aérien ! Tous niveaux.

Dimanche 15 janvier 2017 : Baladi, blues des déracinés d'Egypte

Travail sur les attitudes et techniques spécifiques à ce style terrien et puissant, véritable âme de la danse égyptienne. Combinaisons et travail d'improvisation guidée.

Dimanche 12 février 2017 : Technique et puissance du bassin, grâce et élégance des bras

Travail technique pour des mouvements de bassin précis et puissants (ondulations, accents, tremblements), travail du buste et des bras pour gagner en finesse et en fluidité.

Dimanche 5 mars 2017 : Saïdi, technique de la canne et enchaînements

Technique spécifique à ce folklore égyptien spectaculaire (travail avec la canne) puis enchaînements chorégraphiés pour se familiariser avec l'atmosphère du saïdi.

Dimanche 16 avril 2017 : Rythmes égyptiens, théorie et enchaînements chorégraphiques

Etude des principaux rythmes de la musique égyptienne et combinaisons de mouvements sur ces rythmes pour exercer son oreille musicale et danser en rythme et en phase avec le style de la musique.

Dimanche 21 mai 2017 : Chorégraphie « Mejance », routine avec variations (styles et énergie)

Chorégraphie sur une routine, élément incontournable du répertoire de la danseuse orientale qui mêle différents styles avec des variations de rythmes et d'énergie.

Dimanche 18 juin 2017 : Shaabi égyptien, attitudes sur les tubes à la mode au Caire !

Pour clôturer l'année, enchaînements fun et festifs sur les chansons égyptiennes du moment et travail sur les attitudes caractéristiques du shaabi, style moderne et déjanté des jeunes cairotes !



Tarifs

Full Pass 9 ateliers : 200€ (1 atelier offert)

1 atelier : 25€

Adhésion obligatoire (valable du 01/09/2016 au 31/08/2017) : 10€

Conditions d'inscription

- L'inscription est nominative, ferme et définitive dès réception du règlement. Elle est confirmée uniquement par mail, dans la mesure des places disponibles.
- En cas d'annulation par le stagiaire pour cas de force majeure (sur justificatif) plus de 5 jours avant le stage, l'inscription sera remboursée si un stagiaire remplaçant est trouvé, après déduction de 5 € de frais. Si l'annulation n'est pas due à un cas de force majeure ou si elle intervient moins de 5 jours avant le stage, l'inscription ne sera pas remboursable.
- En cas d'annulation de l'évènement par l'organisateur pour cas de force majeure, la totalité du règlement sera remboursée dans les meilleurs délais.
- Merci de vous présenter 15 minutes avant le début du stage pour qu'il puisse démarrer à l'heure.

Pour vous inscrire, imprimez la dernière page de ce formulaire, remplissez-la et renvoyez-la avec votre règlement (chèque à l'ordre de l'Association Souffles d'Orients) à :

Mlle Salomé Benslama
9, avenue De Lattre de Tassigny
84000 AVIGNON

Inscription possible par Internet (paiement CB) : demandez à
contact@assosoufflesdorients.fr



Fiche d'inscription – Ateliers Mensuels 2016/2017

Je soussigné(e) :

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Adresse e-mail : _____

Demande mon inscription aux ateliers mensuels de danse orientale.

Parcours en danse orientale

Je suis :

Elève Précisez le nom de votre professeur : _____

Professeur

Nombre d'années de pratique de la danse orientale : _____

Niveau en danse orientale : Débutant Intermédiaire Avancé Professionnel

Stages choisis

DATE	THEME	PRIX	VOS CHOIX Cocher la/les cases(s)
TOUS	FULL PASS : TOUS LES ATELIERS	200€	
02/10/16	INITIATION ET TECHNIQUE INTENSIVE	25€	
13/11/16	SHARQI	25€	
11/12/16	TECHNIQUE DU VOILE	25€	
15/01/17	BALADI	25€	
12/02/17	TECHNIQUE DU BASSIN ET DES BRAS	25€	
05/03/17	SAÏDI	25€	
16/04/17	RYTHMES EGYPTIENS	25€	
21/05/17	ROUTINE	25€	
18/06/17	SHAABI	25€	
Adhésion obligatoire à l'association (valable du 01/09/16 au 31/08/17)		10€	✓
TOTAL :			= €
Chèque à l'ordre de « Association Souffles d'Orients »			

J'ai pris connaissance des conditions d'inscription et je les accepte. (cocher la case)

Fait à _____ Le ____ / ____ / ____

Signature :

