

DIMANCHE

22

NOVEMBRE

de 14h à 18h30



Latin Body Lead *

* 3ème édition

4 heures de stage pour prendre conscience de son corps et l'utiliser dans la danse afin d'améliorer son guidage, son style et parvenir à une danse en couple parfaitement agréable

Le Latin Body Lead, un musico-dansant créé par Jacob, est né de son observation des couples de danseurs en soirée.

Il a pour objectif :

- de redécouvrir le corps et renforcer la conscience corporelle,
- de découvrir de nouvelles sensations,
- d'apprendre à guider et à se laisser guider pour parvenir à un plaisir partagé de la danse à deux
- le jeu des danseurs sur la musique
- d'améliorer son style.

Le LBL est un stage de perfectionnement pour tous ceux qui veulent évoluer rapidement et donner encore plus de style à leur danse.

C'est un concept qui met l'accent sur le style, le guidage, l'unité, l'écoute musicale, le corporel et l'égalité des partenaires.

Le Latin Body Lead n'est pas juste une méthode qui vous permettra de savoir guider ou suivre votre partenaire, mais aussi et surtout de danser en harmonie, en rythme, tout en jouant sur la musique et en développant votre conscience corporelle.

PROGRAMME de 14h à 18h30

Pour respecter cet horaire il est conseillé de se présenter dès 13h30

1 *HYW\ b] e l Y g ` X N] g c ` U h (1h) b ` Wc f d c f Y ` ` Y*

Apprendre à connaître son corps grâce à des isolations et des ressentis pour :

- enrichir son style,
- bouger et se mouvoir dans l'espace,
- casser sa rigidité et développer sa souplesse,
- ressentir le rythme dans son corps,
- fluidifier ses mouvements.

1 *Le guidage : savoir guider et se laisser guider
rappel du rôle d u corps (1h)*

Pour les garçons : Guider pour donner la liberté d'expression à sa partenaire

Pour les filles : Suivre et s'exprimer

Les danses de support : le merengue et la bachata

Pause goûter

1 *Apprendre à être en rythme et sur la musique (1h)
sous forme d'apprentissage d'une chorégraphie*

- Le rythme

- La musique

Les danses de support : salsa cubaine et portoricaine

1 *Apprendre à bouger et danser sur la musique seule (1h)*

- Comment à l'aide de simples isolations peut-on danser et s'exprimer sur la musique ?

Tarif par personne

	Adhérents		Non adhérents	
	Inscription en solo	Inscription en couple*	Inscription en solo	Inscription en couple*
4 heures	19 €	17 €	22 €	20 €

, N ø w p g " f g u " f g w z " r g t u q p p g u " f q k v " h c k t g " e c x c n k g t

Merci de vous présenter au minimum ¼ h avant le début du stage

I N S C R I P T I O N

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

CODE POSTAL : VILLE :

E-MAIL :

Règlement

Ci-joint, le t³ i n g o g p v " v q v c n " f w " u v c i g . " u q k v " í í
œ chèque * œ espèces

, " N g u " t³ i n g o g p v u " r c t " e j³ s w g " u q - p Taká Danser et à l' g n
envoyer à Taka Danser - Mairie -11150 Villepinte -

Tout désistement à moins de 72 heures du stage ne pourra donner lieu à aucun
remboursement

Signature :

<http://takadanser.ifrance.com/> mail : takadanser@laposte.net

tél. : 06 98 26 70 88

Mairie - 11150 Villepinte -