



## Atelier-Cours : Flamenco pieds nus

### Plan de cours

#### Objectif général

Apprendre les différents aspects de la danse gitane d'Espagne, reliés au parcours des Gitans.

#### Description générale

L'atelier-cours de danse flamenco est un cours sans les souliers percussifs qui convient autant à ceux et celles qui aiment simplement bouger et danser qu'aux personnes ayant de l'expérience en danse et en flamenco. Il rend cette forme de danse plus accessible et moins dommageable pour le corps, tout en conservant son caractère. Les participantes vont maîtriser la technique de la danse gitane andalouse du « Tangos del Titi » afin d'apprendre une chorégraphie fusion gitane qui comprend une part de création collective.

#### Méthodologie

Apprendre les différents techniques et aspects de la danse gitane espagnole qui seront montrés à l'aide de démonstrations pratiques, de danses en cercles et d'explorations individuelles. Les participantes expérimenteront ces techniques en dansant et en improvisant leurs propres mouvements sous la supervision d'une personne ressource.

#### Contenu

Techniques montrées : posture, expressivité, vocabulaire corporel, temps musicaux, mouvements des bras, jupes, mains ainsi les mouvements caractéristiques de chaque danse.

#### Moyens utilisés

Démonstrations des techniques en dansant individuellement ou en danses en cercles. Une chorégraphie fusion gitane andalouse comprenant une part de création collective sera apprise pour maîtriser différents mouvements propices à l'exploration et au développement personnel.

#### Objectif spécifique

À la fin d'atelier-cours, le participant(e) sera en mesure de danser Flamenco gitan avec aisance et facilité. L'atelier permet aussi l'apprentissage de posture, d'intensité, d'ancrage, de technique, de caractère, d'expression et d'authenticité propice à l'exploration et au développement personnel.

#### Matériel requis

Radio, musique et tapis de yoga.