

Mois de la DANSE

JANVIER
FÉVRIER
2025



Initiations

18 JANV.



Heels

16h-17h30 : initiation gratuite

Avec Manon Miquel

Le heels class est une pratique féminine qui s'exerce sur des talons. Elle peut s'inspirer de plusieurs disciplines telles que le street jazz, le hip-hop ou même du cabaret. Le heels class façon « Manon » s'inspire plutôt de danse glamour, sensuelle tout en étant rythmée sur des sons qui vous feront vibrer.

19 JANV.



K-Pop

16h-18h : initiation gratuite

Avec Be Wild

Be Wild est un collectif de danseuses qui allie deux passions, la danse et la culture coréenne. Elles s'expriment en mettant ces deux passions dans des « covers », performances de danse filmées, dont le principe est de coller au clip d'origine des groupes qui ont fleuri en Corée du Sud à partir de 1995, à la manière des boys bands américains et européens. Véritable industrie musicale depuis 2005 au pays des BTS, stars planétaires qui ont rempli le Stade de France en 2019, ce phénomène mondial s'appelle la K-pop (Korean pop).

Cours

18 ET 19 JANV.



Flamenco

14h-15h : cours tous niveaux
15h-16h30 : cours avancé

Tarifs : 10€ cours 1h / 17€ cours 1h30

Avec Francisco Guerrero Montesinos

Découvrez le flamenco avec Francisco Guerrero Montesinos, artiste d'origine bordelaise et andalouse, qui partage sa passion pour cette danse depuis plus de 30 ans, enrichie par ses expériences à Madrid, Cadix et Malaga. À travers son enseignement, nourri par une exploration de diverses formes de danse et arts martiaux, Francisco vous invite à plonger dans une approche holistique et contemporaine du flamenco.

Cours

25 ET 26 JANV.



Danse classique

10h30-12h : moyen (9-13 ans)
12h-13h30 : supérieur/avancé (14 ans et +)
13h30-14h30 : débutant (6-8 ans)
14h30-15h30 : variation
15h30-16h30 : stretching

Tarifs : 15€ le cours d'1h / 17€ le cours d'1h30 / 13€ danseur professionnel
60€ forfait 4 cours (2 cours/jour) / 72€ forfait 6 cours (3 cours/jour) /
80€ forfait 8 cours (4 cours/jour)

Avec Diane Le Flo'ch et Neven Ritmanic

Diane Le Flo'ch est première danseuse à l'Opéra national de Bordeaux depuis 2015. Elle a été plusieurs fois récompensée (médaillon d'or et grand prix de la ville au Concours international de danse de Grasse) et participe à de nombreux galas en France et à l'étranger. Neven Ritmanic est soliste à l'Opéra national de Bordeaux depuis mai 2019. En 2018, ils créent ensemble, la compagnie « 861et ».

Cours

1 ET 2 FÉV.



Danses africaines

Samedi 1 février

10h-12h : danse en famille | 15h-18h : sabar avec la classe Tambali

Dimanche 2 février

10h-12h : danse en famille | 15h-18h : sadingue (mix de sabar et mandingue)

Danse en famille

adulte 15€ | enfant 10€ | 4,0€ cours de 3h

Avec Kadhy Sarv et l'association Yobalema

Ce stage est une aventure artistique et humaine destinée aux familles, un espace de complicité et de partage hors du temps quotidien. Le sabar est l'une des danses traditionnelles du Sénégal, découvrez les fondamentaux en lien avec le souffle, les postures, le rythme, le mouvement et le chant. Le Sadingue est une proposition mixte, un pont entre le sabar du Sénégal et les danses mandingues de Guinée et du Mali.

8 ET 9 FÉV.

Hip-hop



14h-15h30 : débutant (7-10 ans) | 15h30-16h15 : éveil (4-6 ans)
16h30-18h : ados / adulte (à partir de 11 ans)

Tarifs : cours éveil : 5€ / cours débutant : 7€ / cours avancé : 10€

Avec Amandine Da Costa et l'association Adrénaline

Un programme de stage consacré à la danse hip-hop pour petits et grands. Echauffement musical, apprentissage de figure au sol et initiation à la danse debout. Amenez vos baskets et votre bonne humeur !

Spectacle

31 JANV.

Les codes secrets du ballet romantique



20h - Rocher de Palmer
Avec le ballet de l'Opéra national de Bordeaux

Tarifs : de 9€ à 16€

(6€ pour les participants aux stages - Renseignements auprès de l'OCAC)

Réservation sur le site du Rocher de Palmer

Informations

ocac@culture-cenon.fr | 07 82 45 15 83

Réservations sur Helloasso ou directement à l'office culturel et d'animation de Cenon

Tous les cours ont lieu au Complexe le Morlette