



Rapport d'activité

ANNÉE 2024

**Association PULSION
Maison de la Danse**

Centre Educatif et Culturel des Heures Claires
2, chemin de la Combe aux Fées, 13800 ISTRES

Tél. : 04 42 55 81 81

Courriel : pulsion@danse-istres.com

Site internet : www.danse-istres.com

Facebook « Association Pulsion »

Instagram : « [pulsionistresdanse](https://www.instagram.com/pulsionistresdanse) »

Sommaire

Données Clés de l'association	p3
Préambule	p4
Activités Régulières	p5
Projet Artistique et Culturel	p11

DONNÉES CLÉS DE L'ASSOCIATION



Association loi 1901 créée en **1983**

Structure dédiée au développement de la danse en amateur pour tous publics

941 personnes ont pris part aux activités de Pulsion sur la saison 2023-2024 (cours réguliers, stages, tickets cours)

S'ajoutent à ce chiffre **82** participants issus de nos partenariats

82 cours réguliers

21 enseignants et intervenants

GOVERNANCE :

Chantal ALLÈGRE, Présidente

Virginie CAMOIN, Vice-Présidente

Michèle AMOLINI, Trésorière

Elodie BECKER, Trésorière adjointe

Christiane GAUTIER, Secrétaire

Marie-Laure PLAUCHU, Secrétaire Adjointe

Membres du Bureau régulièrement élus lors du Conseil d'Administration

PRÉAMBULE

Année 2024...

Pulsion, forte d'une équipe pédagogique enthousiaste et engagée, a su maintenir ses traditionnels temps forts, garants de son identité et de ses valeurs, tout en en redessinant parfois leur forme ou leurs contours, en réponse aux attentes de ses adhérents comme aux envies de ses professeurs.

Son projet artistique s'est vu également enrichi de nouveaux partenariats, donnant accès à la danse à des publics différents, et de formats de travail diversifiés, permettant d'élargir le spectre de ses propositions.

Dans l'optique constante de développer la curiosité artistique et nourrir le corps et l'imaginaire, les projets ont fleuri tout au long de l'année.

- La biennale ados/adultes, explorant un nouveau concept scénographique s'est jouée à guichet fermé, réjouissant le public et les danseurs, et réaffirmant la créativité et la qualité de nos enseignants.
- La mise en place des ateliers « bien-être » du samedi matin a permis une pratique plus ponctuelle à des amateurs moins disponibles en semaine.
- Lindy Hop, solo jazz et Tango argentin sont venus compléter notre offre « danses de couple » et les cours de yoga, réintégrés au planning, affichent complet.
- L'année 2024 a également marqué le retour du stage d'été et l'organisation d'un séjour Hip-Hop à Istremont, dont la reconduction est déjà prévue en 2025.
- Deux nouveaux partenariats nous lient depuis septembre à l'hôpital de jour pour enfants de Martigues et les structures d'accueil de la petite enfance autour de la sensibilisation au mouvement dansé.
- Enfin, partageant la volonté de valoriser la pratique amateur et favoriser la rencontre avec le milieu professionnel, La ville d'Istres fait bénéficier nos danseurs les plus motivés d'un double projet de création avec Nacim Battou, chorégraphe en résidence à la Maison de la Danse jusqu'en 2026.

Derrière cette apparente sérénité, les départs successifs de deux responsables administratifs en quelques mois ont néanmoins impacté l'association, fragilisant son fonctionnement et ralentissant certaines procédures.

Cependant, grâce à la mobilisation de notre présidente, des membres du C.A, et l'indispensable collaboration du personnel de la Maison de la Danse, nous avons surmonté cette nouvelle difficulté et maintenu l'ensemble de nos actions.

En novembre, Sabrina Barbosa a rejoint l'équipe, et nous retrouvons chaque jour un peu plus d'ancrage et de stabilité.

L'année fut riche, pleine de défis et de belles réussites, nous offrant la possibilité de se découvrir encore, l'occasion d'expérimenter et de prendre des risques pour continuer d'innover, d'avancer, et grandir ensemble.



ACTIVITÉS RÉGULIÈRES



En 2024, les enseignants de Pulsion ont poursuivi leur travail de transmission et de création, assurant la gestion des cours, la préparation de la biennale ados/adultes et les différents projets qui ont ponctué l'année.

En septembre, 4 nouveaux professeurs ont rejoint notre équipe pédagogique. Jean Ohouman en danse africaine, Chloé Schwartz et Amandine Sainati en Jazz et Fédérico Quijano en solo jazz, Lindy Hop et Tango argentin. Sabrina Barbosa, nouvelle responsable administrative, a également été recrutée au mois de novembre.

QUALITÉ DE L'ENSEIGNEMENT

L'équipe pédagogique est constituée de professeurs qui sont à la fois des pédagogues expérimentés et des artistes chorégraphes.

Les enseignants en charge des jeunes enfants (3-7 ans) sont tous titulaires du D.E. (Diplôme d'État).

Dans le respect des directives ministérielles, ce n'est qu'à partir de l'âge de 8 ans, après avoir parcouru les cycles préconisés d'éveil et initiation, que les enfants choisissent une ou plusieurs techniques : danse classique, contemporaine, Jazz, Hip-Hop ou encore flamenco.

DIVERSITÉ DES PUBLICS

Au sein de la Maison de la Danse, Pulsion accueille tous les danseurs amateurs, quels que soient leur âge ou leur origine sociale, et s'efforce de préserver des tarifs accessibles au plus grand nombre, grâce au soutien financier de la Ville d'Istres et du Département, ainsi qu'à la mise en place d'un système de dégressivité favorable aux familles.

VALORISATION DE LA PRATIQUE

Les danseurs particulièrement motivés et désireux d'approfondir leurs connaissances et leur pratique ont la possibilité d'intégrer des groupes spécialement constitués, et de participer à des projets spécifiques (créations, travail de répertoire, rencontres).

Il s'agit essentiellement des ateliers chorégraphiques et du groupe Octet.

Ce dernier réunit de jeunes élèves de bon niveau, qui suivent un enseignement renforcé et bénéficient de créneaux hebdomadaires réservés...

Des ateliers de transmission et/ou création avec des intervenants extérieurs s'ajoutent à ces cours réguliers.



La « promotion » Octet 4, constituée en 2020, a pris fin en juillet 2024, la grande majorité de nos danseurs bacheliers s'orientant vers des études supérieures. Une très belle création avec Guillaume Zimmermann, présentée à la soirée des ateliers, a confirmé le travail engagé pendant ces 4 années.



Un nouveau groupe est né en septembre. 12 enfants, 9 filles et 3 garçons âgés de 9 à 12 ans, ont intégré le cursus, après une sélection que nous avons souhaité baser sur l'observation des élèves en cours, et non en audition.

Expérience immersive dans un univers chorégraphique

Dans le cadre du Pôle d'Expérimentation Chorégraphique, la Maison de la Danse accueille un nouvel artiste depuis le 1er septembre 2024.

Nacim BATTOU, chorégraphe de la compagnie Ayaghma, résident principal du PEC pour une durée de deux ans, met en place deux projets d'apprentissage et de création, qui permettront de goûter à son univers et de se confronter au processus de création d'une compagnie professionnelle, construisant ainsi une véritable passerelle entre le milieu amateur et professionnel.



Cette expérience ne figure pas dans nos activités régulières puisqu'elle est organisée et prise en charge par le PEC, mais s'adresse au groupe Octet ainsi qu'à nos jeunes adultes.

Octet

Notre groupe de pratique renforcée vit pleinement son début d'aventure depuis septembre auprès de Virginie Pichaut, Caroline Lubin, Pauline Marcadella et Dhanasri Sablé, qui assurent les cours réguliers en jazz, classique et contemporain.

Nacim Battou, quant à lui, travaille avec les enfants sur des week-ends et des semaines de vacances, leur transmettant les bases de la danse hip-hop tout en les amenant dans un espace d'improvisation et de composition, dont la finalité sera également la création d'une pièce.



Le Ø Collectif

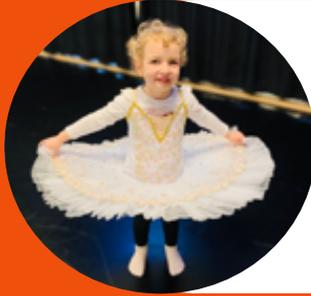
Ce projet regroupe des danseurs de l'association Pulsion et du conservatoire, âgés de 15 à 19 ans, sélectionnés sur audition en octobre.

Les séances de travail sont concentrées sur quelques soirées et 3 week-ends, ainsi que 2 semaines de vacances, en février et avril 2025. Le groupe est déjà programmé sur l'évènement "le train bleu", organisé par Scènes et Cinés, et au festival "les rues de l'étang" sur Istres, Saint Mitre et Saint-Chamas le premier week-end d'août.



COURS RÉGULIERS SAISON 2023-2024 (Maison de la Danse d'Istres)

Enfants 3 à 7 ans



- Jardin dansant (enfants de 3 ans)
- Éveil 1 (enfants de 4 ans)
- Éveil 2 (enfants de 5 ans)
- Initiation 1 (enfants de 6 ans)
- Initiation 2 (enfants de 7 ans)

Techniques à partir de 8 ans

- Danse classique
- Danse contemporaine
- Danse modern'jazz
- Flamenco
- Hip-hop



Techniques 'pré-adolescents, adolescents et adultes



- Danse classique
- Danse jazz
- Danse contemporaine
- Hip-hop
- Claquettes américaines
- Solo latino
- Tango argentin
- Salsa Cubaine
- Danse orientale
- Danse africaine
- Danse tribale
- Flamenco
- Bata de Cola
- Solo jazz
- Lindy hop

Éveil du corps

- Danse douce
- Deep Flow
- Yoga Vinyasa
- Yin yoga
- Fly Mouv' (yoga aérien)
- Pilates
- Barre au sol



Ateliers chorégraphiques

Les ateliers Jazz, Contemporain, et Flamenco, constitués sur proposition des enseignants, ont eu lieu d'octobre à juin, à raison d'une séance de 3h par mois. Depuis la rentrée de septembre, Hip-hop et Tribal sont venus enrichir l'éventail de ces propositions.



***PROJET
ARTISTIQUE ET
CULTUREL***



ACTIONS D'ÉDUCATION ARTISTIQUE ET CULTURELLE

L'association a poursuivi sa mission de service public auprès des scolaires, pour que le plus grand nombre d'enfants ait accès à la Danse, au travers de la transmission et l'expérimentation du mouvement, l'approche de l'œuvre chorégraphique, et participe à un projet collectif valorisant et formateur dans un environnement nouveau (Maison de la Danse).

Les Cycles danse / Écoles maternelles et primaires

Sur proposition de l'Éducation Nationale dans le cadre des projets d'École, Pulsion intervient chaque année scolaire auprès de plusieurs classes de maternelle et de primaire de la Ville d'Istres pour animer un cycle danse. Le projet est élaboré par l'enseignant(e) en collaboration avec le professeur de danse. Ces cycles sont organisés en période de 12 séances et mobilisent également la Ville d'Istres à travers la mise à disposition de transports scolaires vers la Maison de la Danse.

Dans le cadre de conventions spécifiques, Pulsion intervient également à la demande d'enseignants de communes voisines.

Ateliers Hip Hop / Collège Alain Savary

Ce collège Istréen propose à ses élèves de 5ème et de 6ème un cursus qui intègre une option danse. Depuis plusieurs années, Pulsion est partenaire de cette option et mène un travail autour du Hip Hop à la Maison de la Danse, sous la supervision du professeur référent du collège. Les collégiens bénéficient de la mise à disposition d'un studio tous les vendredis matin pendant deux heures, et de 6 séances de travail avec Cédric Carbonaro, professeur de Hip-Hop, donnant lieu à une présentation du travail en fin de saison.

Ateliers découverte - Structure multi-accueil collectif

Depuis septembre, un nouveau partenariat s'inscrit dans ce parcours EAC, et s'adresse cette fois aux plus jeunes enfants, âgés de 2 ans, accompagnés par les éducatrices des structures d'accueil.

Des cycles de 6 séances hebdomadaires ont été convenus avec 4 structures de la ville, de manière à donner la possibilité au plus grand nombre d'enfants de bénéficier de ces temps de découverte et d'éveil corporel et musical.

Ateliers de pratique artistique / Option Danse Lycée Arthur Rimbaud à Istres

La formation artistique et culturelle en danse des lycéens de Rimbaud à Istres fait l'objet d'un partenariat entre le Lycée et Pulsion depuis 17 ans.

Il est à noter que Pulsion figure parmi les 4 établissements référencés et agréés par le rectorat pour le suivi de cette option dans le département. La confiance de l'Éducation Nationale et de la DRAC témoigne de l'expertise de Pulsion, de sa capacité à créer les connexions entre la danse amateur et professionnelle au sein de la Maison de la Danse, et de la force de ses partenariats avec les structures culturelles locales.

Approche de l'histoire de la danse, appréhension des techniques de base de diverses esthétiques, liens Arts et Danse, exploration d'univers chorégraphiques, école du spectateur, travail d'improvisation et préparation aux épreuves du Baccalauréat constituent les piliers de la formation des lycéens qui bénéficient d'un atelier hebdomadaire coanimé par une enseignante du Lycée et un professeur de pulsion, et étoffé par les interventions plus ponctuelles d'artistes et/ou enseignants contribuant à la pluralité des propositions.

Cycle danse EPPCS - Lycée Rimbaud

Enseignement hip-hop / Projet Lycée Arthur Rimbaud terminales spé EPPCS

Partenaire depuis de nombreuses années, le lycée nous a de nouveau sollicités pour un projet de sensibilisation à la danse hip-hop auprès des terminales spécialité EPPCS.

Cédric Carbonaro a pris en charge deux classes spécialité « éducation physique, pratiques et cultures sportives » pour un cycle de 10 séances chacune, avec un total de 40h. La matière transmise a servi de base à la création de soli qui seront présentés au jury du baccalauréat.



Ateliers de sensibilisation Lycée professionnel Latécoère

Cette année encore, 6 séances de sensibilisation à la danse contemporaine et au hip-hop ont été données au sein de la Maison de la Danse par nos enseignants Pauline Marcadella et Cédric Carbonaro.

Ces temps de travail nécessitent une préparation et un engagement particuliers de la part des professeurs, puisqu'ils s'adressent à un public souvent très éloigné de la pratique artistique, dont il faut parvenir à susciter l'attention et la collaboration.

ACTIONS EN PARTENARIAT

Pulsion participe à la dynamique culturelle du territoire à travers des projets en partenariat avec les collectivités locales, les structures éducatives, les centres sociaux et les autres associations.

1. Ateliers « découverte »

Formation professionnelle Coline

Coline, la formation professionnelle du danseur interprète et intervenant, travaille avec plusieurs chorégraphes autour de la transmission de répertoire et des créations. À leur tour, les jeunes danseurs en formation proposent à nos élèves des ateliers de découverte autour de différents univers chorégraphiques.



2. Ateliers de la pratique adaptée

Centre social « La farandole »

A raison d'une séance par semaine, Pulsion accueille un groupe de femmes pour une sensibilisation à la danse orientale avec Magali Audibert.

Le projet a été initié en 2022, et compte aujourd'hui parmi les rendez-vous réguliers. Les élèves ont également présenté leur travail lors de la fête du 50ème anniversaire du centre social, le samedi 8 juin, aux Echoppes.

CATTP Istres

A la demande des éducatrices du CATTP (centre d'accueil thérapeutique à temps partiel), un travail de réappropriation du corps par le mouvement a été mis en place en décembre 2023, pour 5 séances d'immersion dans diverses esthétiques, avec un petit groupe de patients en thérapie de reconstruction personnelle. Ce projet confidentiel a parfaitement convenu aux attentes des participants et se voit pérennisé à raison d'une séance bimensuelle depuis septembre 2024.

OMS

PULSION poursuit son partenariat avec l'OMS pour le Sport Santé Bien Être. Les deux créneaux de Pilates Sport Santé « sur prescription » ont été reconduits en 2024 du fait d'une demande croissante.

Hôpital de jour pour enfants

Nouveau partenariat avec l'hôpital de jour de Martigues depuis septembre 2024. Le jeudi, de 14h à 15h, les enfants, accompagnés de leurs éducatrices, sont accueillis à la Maison de la Danse pour une heure de sensibilisation au mouvement dansé et au yoga.

3. Actions culturelles et citoyennes

La Ville d'Istres

Le passage de la flamme olympique :

Le samedi 12 mai, une cinquantaine de danseurs de Pulsion, en collaboration avec la Batucada du conservatoire de musique d'Istres, ont improvisé une joyeuse déambulation dansée pour accompagner la flamme olympique jusqu'à l'étang de l'Olivier.

Sur scène, Flamenco et Hip-hop ont également participé à cette belle fête en proposant deux chorégraphies.



La Féria :

Le samedi 15 juin, les élèves de Flamenco ont de nouveau conquis le public sur les allées Jean Jaurès avec des chorégraphies puissantes et festives.

La grande Parade de Noël :

Le dimanche 8 décembre, cet évènement très prisé de nos danseurs a rassemblé le nombre record de 200 participants, enfants, ados et adultes, encadrés par 6 de nos professeurs.

Comme chaque année, il a rencontré un vif succès.



Centre social « La farandole »

Journée de la parentalité :

samedi 5 octobre

Ateliers parents/enfants en acro-yoga, contemporain et salsa.

Les 50 ans du centre social :

samedi 8 juin.

Les élèves de danse orientale, emmenées par leur professeur, Magali Audibert ont présenté un extrait du travail effectué lors des cours.

CIQ de Rassuen

samedi 26 octobre.

A l'occasion de la journée annuelle du Comité de Quartier de Rassuen, les danseuses orientales ont animé la grande fête organisée au Magic Mirrors.

L'unité de médiation culturelle. Direction du développement culturel de la métropole.

Le spectacle des « **lectures dansées** » a eu lieu Le jeudi 19 janvier à l'Espace 233, permettant aux cours élémentaire 2 en jazz, Octet en contemporain, et au groupe du centre social la Farandole en danse orientale de nous offrir un très joli moment de danse, plein de délicatesse et de poésie, autour d'ouvrages littéraires. Sur proposition de l'unité de médiation culturelle, le spectacle a réuni Pulsion et le conservatoire de danse.

PROMOTION DU SPECTACLE VIVANT

Pulsion s'attache à développer la fréquentation des scènes et favoriser la culture chorégraphique des danseurs amateurs. L'association incite ainsi à la découverte d'œuvres, de styles, d'approches variées afin d'aborder toute la richesse et la diversité de la danse.

Cette année, en partenariat avec Scènes et Cinés, des tarifs préférentiels ont été proposés pour les spectacles suivants au Magic Mirrors, à l'Usine, au théâtre de Fos sur Mer et à l'Espace 233 :

Festival les Élancées

- « Les autres », Cie Anton Lachky
- « Eau douce » Cie Nathalie Pernette



« Dividus »

samedi 20 novembre
Cie Ayaghma

« Rock à petits »
vendredi 13 décembre
(offert aux cours d'éveil)



PRATIQUE CONVIVIALE DE LA DANSE

L'un des axes de développement de l'association est d'envisager la danse et les activités d'éveil du corps comme le moyen de se connecter à soi et à l'autre, et ainsi de favoriser le lien social.

« Apéro Pilates »

Vendredi 6 septembre, une séance de Pilates, offerte à tous les adhérents, a eu lieu sur la plage de la Romaniquette. Renate Lencou a donné un cours plein d'énergie et de bonne humeur, qui s'est poursuivi autour d'un apéritif partagé... bien mérité !



« Ouverture du festival "Les Elancées" »

A l'occasion du 25ème anniversaire du festival des arts du geste, "Scènes et cinés" nous a confié l'organisation d'un après-midi dansé au Magic Mirrors. Construit autour de la présentation de chorégraphies des cours enfants et ados en jazz et contemporain, d'un atelier parents-enfants et d'un bal moderne, ce joyeux moment a rassemblé un large public, particulièrement enthousiaste.

« Viens danser »

Nos traditionnelles soirées dansantes au Magic Mirrors, ponctuées de chorégraphies variées, rencontrent toujours un joli succès.

Cette année, deux dates ont pu être proposées à nos adhérents :

- Le **samedi 13 avril**, où, à l'issue de l'assemblée générale de Pulsion, les danseurs ont enflammé le dancefloor. *
- Le **vendredi 29 novembre**, qui a lancé la période festive de l'hiver.



« Jam Hip-hop »

Le mercredi 19 juin les élèves de hip-hop ont bénéficié d'une journée de rencontre autour des spécificités de cette esthétique.

4 professeurs de diverses écoles du département ont accompagné Cédric Carbonaro lors de ces moments d'échange et de partage avec nos jeunes danseurs.



« Les boîtes de Noël »

Cette action solidaire a été reconduite le vendredi 13 décembre.

Une heure d'atelier était proposée à tous les danseurs en échange d'une boîte cadeau, dont la collecte a été distribuée aux restos du cœur.

Il est à noter que cette année encore, nos adhérents se sont montrés très généreux, puisque 110 boîtes ont été déposées au pied du sapin.



« Le Noël de la Maison »

Pour la deuxième année consécutive, une fête conviviale et bien rythmée a suivi dans les locaux de la Maison de la Danse.

L'EXPÉRIENCE DE LA SCÈNE

L'appréhension de cet espace est souvent le point d'orgue d'une année de travail pour tous les danseurs et leurs professeurs.

Danser devant un public requiert la maîtrise de différents paramètres et implique un réel engagement des danseurs. Soirées partagées, biennales ou présentations publiques sur scène ou dans l'espace public sont autant d'opportunités d'enrichir leur pratique et leurs qualités d'interprètes.

LA SOIRÉE DES ATELIERS

vendredi 14 juin à l'Usine

Restitution du travail des ateliers jazz, contemporain, Hip-hop, Flamenco, et du groupe Octet, ainsi que la formation Coline et une classe du conservatoire, toutes deux invitées à partager la scène avec nous.

Cette présentation publique a permis de faire découvrir les créations issues de ces temps d'exploration, de recherche et de composition.



LA FÊTE DU CEC

samedi 8 juin

Instauré en 2023, cet évènement regroupe diverses propositions des structures du CEC.

Cette année, tous les cours techniques enfants et pré-ados ont participé à la fête, sur la scène ou d'autres lieux du CEC, choisis par leur professeur. Cette expérience leur a permis d'éprouver une autre manière de se confronter au public.

La biennale ados/adultes

vendredi 5 juillet au Pavillon de Grignan,

Jouant des différentes symboliques de la porte, et l'utilisant comme accessoire scénographique, nos professeurs ont de nouveau mis leur talent et leur imaginaire en commun, pour créer des chorégraphies mêlant 2 à 3 esthétiques, et ont offert au public, grâce à l'investissement de leurs élèves, un spectacle original aux univers multiples, confirmant que diversité et mixité sont toujours synonymes de richesse.

Cet évènement traditionnel a connu encore un franc succès puisqu'il s'est joué à guichet fermé, avec pas moins de 400 danseurs sur scène.



STAGES

Pour approfondir une technique ou en découvrir de nouvelles, Pulsion propose à ses adhérents et plus largement aux danseurs amateurs du territoire, une pratique plus intensive, concentrée sur des temps variables, avec des professeurs de l'association ou des chorégraphes invités

Nous nous efforçons de varier les propositions afin d'offrir une diversité d'approches au sein de ces stages.

▪ En Vacances...

Déclinés sur plusieurs jours pour les enfants ou sous forme de séance unique pour les adultes, ces stages prennent le relais des cours réguliers pendant les vacances et donnent la possibilité, à ceux qui le souhaitent, de continuer à travailler.

- **Danse contemporaine** et Création chorégraphique avec Colomba Ansaldo du 26/02 au 1/03/2024



- **Technique jazz** avec Virginie Pichaut du 4 au 8 mars 2024

- **Stage Immersion Hip-Hop** à Istremont, avec Cédric Carbonaro et Geoffrey, du 19 au 22 octobre 2024.



Cette première expérience a été une vraie réussite, tant au niveau de la progression des enfants que de leur épanouissement au sein d'un groupe motivé, enthousiaste et harmonieux. Le rendez-vous est déjà pris pour une deuxième édition au mois d'octobre prochain.

▪ En soirée

- **Deep Flow avec Sophie Dalmasso**
(6 séances réparties sur les vacances de la Toussaint, février et Pâques)



- **Flow Pilates avec Rénate Lencou**
(2 séances en octobre et avril)



- **Fly Mouv' avec Laetitia Loniewski**
(1 séance en avril)



- **Pilates-Danse douce avec Colomba Ansaldo et Rénate Lencou** (2 séances en février et avril)

▪ Le samedi

- **Break Dance avec Rémi Autechaud** (compagnie Käfig), le samedi 13 avril
- **Danse orientale avec magali Audibert**, le 17 février
- **Stage « latino » et soirée dansante au Magic (salsa, bachata dominicaine, Reggaeton, et musicalité) avec Chaera artiste et pédagogue de renommée internationale et Millie Cara**, le samedi 11 mai
- **Stage Lindy Hop, Solo jazz et tango argentin avec Federico Quijano**, le samedi 25 mai

• Les ateliers du samedi matin

Depuis septembre, l'association a mis en place « les ateliers bien-être »

Chaque samedi, de 10h à 11h, des cours de Yoga, Pilates, Barre au sol ou Deep flow sont donnés en alternance par nos professeurs, selon un calendrier établi en début d'année, offrant à chacun la possibilité de pratiquer durant le week-end, au gré de ses envies.



▪ L'Été...

Cette année a marqué le retour tant espéré du stage d'été.

Nous avons choisi un format de 3 jours, permettant aux 110 danseurs de travailler technique et interprétation au travers de propositions adaptées aux différents âges et niveaux.

Nous tenons à remercier chaleureusement les artistes chargés des cours pour leur pédagogie, leur générosité et leur talent :

- **Guillaume Zimmermann, moderne**
- **Yohann Têtê, contemporain et Street Jazz**
- **Belen Maya, Flamenco**
- **Virginie Pichaut, Jazz enfants**
- **Barbara Amar, Contemporain enfants**

