

# Café latino-rock

Venez partager votre goût et vos connaissances de la danse le temps d'une après-midi.

Venez en profiter !

## Planning :

9 octobre, 4 décembre, , 12 février, 9 avril, 14 mai

## Horaires

Dimanche à Flacé

de 16 h à 19 h

## En partenariat avec

YACADANSER

---

# Danse inclusive

*« La danse inclusive est une danse partagée entre personnes en situation de handicap et personnes dites valides, pour faire de la différence un atout. »*

**Un atelier de danse ouvert à tous...** Venez partager un moment de danse avec nous !

Ouvert aux débutants, aux danseurs, valides ou non valides, personnes à mobilité réduite ou atteintes de handicaps moteur, sensoriel... **Venez découvrir l'art de la danse inclusive !**

**Crédit photo Fabrice Gautier**

**Planning 1 samedi par mois :**

24/09 - 22/10 - 26/11 - 17/12 - 21/01 - 25/02 - 25/03 - 29/04 - 13/05 - 10/06

## **Horaires**

Samedi (1 / mois)

10 h - 11 h

## **Animatrice**

Izia BERNARD

Partenariat EPAS

**ECOLE PROFESSIONNELLE  
DES ARTS DE LA SCÈNE**

## **Tarif**

110 €



---

# **Street dance**

La Street Dance puise sa force dans les techniques de Hip-hop, de danse africaine, dance-hall, modern' jazz ou tout autre mouvement de son inspiration. Chacun peut exprimer ses émotions sur des rythmes

actuels, telles que R'n'B, pop musique, soul, funk, electro-funk et bien d'autres styles musicaux.

Cette danse s'est fait connaître du grand public grâce aux films Street Dancers, Step Up, ou encore par le biais des clips vidéo.

Des chorégraphies dynamiques et entraînantes et un véritable esprit de groupe, voilà ce que vous trouverez en venant faire de la Street Dance.

La Street Dance est née aux Etats-Unis. En France on l'appelle plus couramment le New Style !

## Horaires

Vendredi : 18 h 15 - 19 h  
15

7 / 12 ans

Vendredi : 19 h 15 - 20 h  
15

+ 13

## Animatrice

Christine RINGUIN

## Tarif

-25 ans : 195 €

+25 ans : 294 €

(QF<810€) : 265 €



# Ragga / Afro Dance

Le **Ragga Dancehall** est une expression corporelle, **une danse d'attitudes**, basée sur des mouvements répétitifs d'ondulations et déhanchements du bassin, qui peut être pratiquée par les femmes et les hommes.

Elle puise son inspiration dans les **danses africaines** telle que le **N' Dombolo et le Soukous**. Récemment, elle s'est enrichie des mouvements du **Hip-Hop et du Jazz** pour donner naissance à des chorégraphies diverses et variées.

**Vous pourrez apprendre les techniques de cette danse tout en vous défoulant ! N'hésitez plus, venez nous rejoindre !**

Lieu : MJC Flacé

## Horaires

Lundi : 19 h 30 - 20 h 30

Ados / Adultes

## Animatrice

Christine RINGUIN

## Tarif

-25 ans : 138€

+25 ans : 158€

(QF<810€) : 142€



# Hip-hop

Que vous soyez débutants ou non, petits ou grands, filles ou garçons, le HIP HOP est la danse qu'il vous faut !

Au programme : Mis en place de base musicale commune à toutes les danses, échauffement comprenant les bases de chaque spécialité, séances collectives avec création de chorégraphies et pratique de la danse !

L'objectif principal du cours est de vous apporter un plus utile dans la vie de tous les jours.

Les cours vous permettront de trouver votre propre style et votre façon de danser l'hip hop, le plus important étant le fait que chacun puisse se sentir à l'aise dans son corps.

Les cours d'hip hop vous permettront d'élargir votre vision de l'horizon hip hop. Notamment par le biais d'une étude de l'historique de la danse et les étapes franchis avant d'arriver jusqu'à nous, les valeurs qui ont vu naître cette danse et qui l'accompagne aujourd'hui.

Tout cela, au travers de différents médias tels que des magazines, des articles de presse mais aussi de la vidéo.

Si vous souhaitez apprendre des chorégraphies avec différents styles (New style, breakdance, popping, locking), enrichir ces différentes danses avec des figures et vous épanouir, vous avez enfin trouvé ce qui vous correspond.

## Horaires

### Mercredi

15h15 - 16h15 7/ 11 ans

16h15 - 17h15 + 12 ans

## Animateurs

Nicolas LLORCA

## Tarif

-25 ans : 195 €

+25 ans : 294€

(QF<810€) : 265€



---

# Bachata fusion

La bachata est une danse riche aux sonorités superbes, originaire de République dominicaine, pleine de folklore. On peut la considérer comme un mélange de boléro, son, merengue, cha-cha-cha et tango.

La bachata est jouée par plusieurs guitares (deux ou trois), accompagnées de percussions (bongo, maracas, güira)

Les paroles sont romantiques, sensuelles et parfois érotiques. Les textes sont souvent liés au thème de l'amour (passion, infidélité, tristesse, séparation).

Une danse sensuelle et théâtrale où la complicité entre danseurs est essentielle.

## Horaires

### Lundi

Débutant

19 h 30 à 20 h 30

Intermédiaire

20 h 30 - 21 h 30

## En partenariat avec

YACADANSER

Laure Moreau

## Tarif annuel

190 €

(QF<810€) : 171 €



---

# Kizomba

La KIZOMBA est originaire d'Angola.

Les artistes locaux s'inspirent d'un groupe de musique appelé « Kassav' » pour créer un nouveau style musical : La KIZOMBA, avec une rythmique particulière.

Cette nouvelle danse peut donc être définie comme un mélange de SEMBA, TANGO et ZOUK, ce qui lui donne un côté sensuel.

Elle se danse sur des musiques actuelles, ce qui fait son succès auprès des jeunes et sa modernité.

## Horaires

Mercredi

Débutant / 19 h 30 - 20 h 30

Intermédiaire / 20 h 30 - 21 h 30

## En partenariat avec

YACADANSER

JP Danse Izikiz

## Tarif annuel

190 €

(QF<810€) : 171 €



---

# West Coast Swing

C'est la danse officielle de la côte West des Etats-unis, arrivée en France en 2005 et qui se danse maintenant partout en Europe ! Sur des musiques variées (du blues, au RnB, en passant par la pop ou le jazz), cette danse mêle l'élégance à la complicité danseur/danseuse, en laissant une part infinie à la créativité aussi bien de l'un que de l'autre... plus qu'une danse de couple, c'est une véritable conversation où les 2 partenaires s'amuse à se surprendre en s'exprimant sur la musique !



## Horaires

### Mardi

Débutant / 19 h 30 - 20 h 30

### Mardi

Intermédiaire / 20 h 30 -  
21 h 30

## En partenariat avec

YACADANSER

Amandine AFONSO

## Tarif annuel

190 €

(QF<810€) : 171 €



---

## Salsa

Le nom de « salsa » signifie littéralement « sauce » (un mélange de plusieurs ingrédients). Il est issu de nombreux rythmes tels que le son, le mambo et la guaracha de Cuba.

Dès les années 50, le célèbre chanteur Benny Moré nourrit ce style avec ses chansons. La musique cubaine est une fusion d'harmonies, de mélodies, de

rythmes et d'instruments d'Afrique et d'Europe.

L'héritage rythmique de la salsa est directement lié à la musique populaire cubaine (rumba, son et danzón)

La salsa est une danse improvisée qui respecte des pas de base, qui se danse généralement à deux, où le garçon guide la fille, mais que l'on peut pratiquer également seul, ou à plusieurs : en ligne (salsa suelta), à plusieurs couples (rueda de casino).

C'est une danse populaire, urbaine, chaleureuse qui s'attache à rester dans un esprit d'amusement et de partage.

## **Horaires**

### **Jedi**

Débutant

19 h 30 à 20 h 30

Intermédiaire

20h30 à 21h30

## **En partenariat avec**

YACADANSER

Philippe LASSAGNE

## **Tarif annuel**

190 €

(QF<810€) : 171 €



---

# Rock

Le rock, contraction du Rock 'n' roll, est la danse qui se pratique sur les musiques du même nom. Le rock était, à la base, accompagné par des danses de salon rythmés comme le Lindy Hop, le Jitterbug, le swing, le Boogie Woogie, le Jive.

À la création de la musique rock 'n' roll, une nouvelle danse apparaît : le rock à 4 temps, première danse de couple avec une rythmique pas de base 1, 2, 3 et 4.

## Horaires

### Lundi

Intermédiaire

19 h 30 à 20 h 30

Débutant

20 h 30 - 21 h 30

## En partenariat avec

YACADANSER

Denis LAGADRILLERE

## Tarif annuel

190 €

(QF<810€) : 170 €



---

# Soirées dansantes

Venez partager votre goût et vos connaissances de la danse le temps d'une soirée.

Ces soirées sont organisées les samedis 1 fois sur 2 jusqu'en mai, venez en profiter !

## **Planning :**

2 septembre, 17 septembre, 12 novembre, 14 janvier, 18 mars, 3 juin, 7 juillet

## **Horaires**

### **Samedi**

21 h à 1 h

## **En partenariat avec**

YACADANSER