



PLEINS FEUX

Octobre 2010
Edition du 2 octobre 2010

www.annecouzinet.com

Numéro 131

EDITO

Bienvenue.....

Par ces quelques lignes, je voudrais souhaiter la bienvenue à la nouvelle Compagnie.

La Compagnie est composée de quelques élèves de l'école, choisies sur leurs qualités techniques, mais aussi pédagogiques, leurs facultés d'adaptation durant les cours, lors des répétitions ou des ateliers ou encore lors des rencontres avec le conseil de la Compagnie Libre-Jeu.

Est-ce à dire que le poids des responsabilités est écrasant. Je ne crois pas puisque sont présentes, pour les aider, les Anciennes qui, pour la plupart, comptent au moins 10 ans passées dans l'école. Elles sont là pour soutenir le travail et les projets de la Compagnie.

Quels conseils prodiguer pour que cette expérience ne soit que du bonheur ? En priorité, il faut savoir qu'une telle expérience de vie ne peut être du goût des blasés, des négatifs et des paresseux.

Etre dans la Compagnie représente au départ une volonté de découvrir et de partager des émotions. C'est une petite fabrique de souvenirs et ces petits moments de joie intense nous font tellement aimer la Vie !!!!!.....

Il n'y a donc plus qu'à travailler et se donner rendez-vous Vendredi 26 Novembre, puisque ce spectacle représente la première mise en lumière de la Compagnie 2010.

Anne

SPECTACLE DE FIN D'ANNEE

L'école fêtera ses 30 ans **vendredi 26 novembre 2010** au théâtre de Neuilly

Stage de Toussaint.

Il se déroulera du lundi 25 au vendredi 29 octobre 2010 de 9h30 à 16h30 (accueil à partir de 9h) à l'école de danse, dans les conditions habituelles des stages de petites vacances.

Nous travaillerons bien sur le spectacle.

Fin de cours

MERCREDI 14 DECEMBRE à 19h15

Stages Adultes :

- Mardi 9 novembre de 9h30 à 12h00 = Barre à Terre
- Mardi 7 décembre de 9h30 à 12h00 : stretching

La semaine bleue

Depuis que « la semaine bleue » a été instaurée en France et dans de nombreux pays, je crois pouvoir dire que nous n'avons jamais raté un seul rendez-vous.

Cette année, notre participation est programmée au mercredi 20 octobre. Nous serons la seule école de danse présente à ce moment d'échange Inter- Générations.

Je souhaiterais présenter à cette occasion, une partie du spectacle donné cet été dans les hôpitaux et différentes institutions. Cette manifestation s'adresse donc aux stagiaires du mois de juillet, ainsi qu'à certaines élèves, dont le dynamisme et la motivation ne sont plus à prouver.

Notre rendez-vous est fixé à 12H45 à l'école de danse ou 13H au collège André Maurois. Apportez un pique-nique et vos affaires de danse.

LE COURS DU MERCREDI 20 OCTOBRE 12H30 EST ANNULE .

Tous les autres cours sont assurés normalement.

C'est la rentrée

Avec la rentrée, nous reprenons le chemin de l'école de danse, sachant que nous allons retrouver notre barre, notre tapis et bien sûr.....notre souffrance.

C'est évidemment merveilleux de pouvoir danser, mais nous sommes tous obligés d'accepter de recommencer et de se remettre « en jambes ». Et cette démarche incontournable demande une qualité indispensable, la modestie. Il faut savoir accepter de ne pas maîtriser son corps, ses muscles ou la technique, d'un seul coup d'un seul.

Il va de soi que l'acceptation d'une discipline, celle du corps bien sûr, va de soi avec celle de la tenue (coiffée, sans bijou ni chewing-gum, par exemple). Le respect, des autres et des professeurs dans les cours ou les vestiaires. les engagements pris pour les répétitions ou les stages font aussi, également, partie intégrante de cette discipline .

Bonne rentrée à tous.

REPETITIONS POUR L'ANNEE 2010

Pour tous ceux, puisque maintenant il y a des petits danseurs, qui participent au spectacle du mois de fin d'année : Vous devez apporter aux répétitions et au spectacle :

1 marinière + 1 pantalon blanc.

Au centre aquatique boulevard Inkermann	Au théâtre de Neuilly
samedi 16 octobre, de 14h00 à 18h00	Samedi 20 novembre de 14h00 à 18h00 Dimanche 21 novembre de 10h00 à 16h00

18eme leçon : le pas de basque (fiche à conserver)

Le pas de Basque est un pas qui peut se faire en avant ou en arrière et qui permet de se déplacer.

- Il part de la cinquième.
- On dégage le pied de devant ou de derrière (par exemple le pied droit) sur plié pour faire un demi-rond de jambe.
- On change alors le poids du corps pour passer sur le pied qui était dégagé (droit) en changeant de direction.
- Puis on effectue un temps lié en passant par la première.
- On termine en fermant en cinquième.