



PLEINS FEUX

2 avril 2017

Numéro 162

II FAUT PREPARER L'ETE !

C'est évident, il va falloir penser au maillot de bain. Des abdominaux, ventre plat, épaules musclées, mais pas trop, et corps galbé. Vous pouvez me croire, la danse est la solution rêvée.

Pourquoi, me direz-vous ? Parce que, en dansant, vous faites un travail en profondeur et toute en harmonie, sans violence. De plus, vous vous faites plaisir.

Ensemble, en plus de tout ce merveilleux travail, nous développons, ce qui est indispensable pour vivre, le Rire et l'Optimisme. C'est votre programme pour ce trimestre.

Vos ordonnances sont prêtes, pour des cures de longue durée. N'hésitez pas à me les demander.

Spectacle 9 février 2017

L'école de danse s'est déplacée le 9 février une nouvelle fois aux Marronniers à Levallois-Perret.

16 danseuses ont présenté, devant un public heureux, l'ébauche du spectacle « Palace » qui sera travaillé toute l'année.

Merci à Priscilla et Valérie ainsi qu'à Isabelle et Chantal qui ont encadré ce déplacement



MAIS VOUS LE SAVIEZ DEJA.

Chaque lundi férié est rattrapé de la façon suivante :

- Les cours du lundi matin (9h / 9h45 / 10h45) sont reportés au lendemain, donc le mardi matin, aux mêmes horaires.
- Le cours de 12h30 est reporté au mercredi 12h30 (ou au mardi 12h30, cours durant lequel vous pourrez partager la barre classique couchée...Expérience intéressante).
- Le cours des PETITS du lundi 17h est reporté au mardi à 17h ou mercredi 14h, ou vendredi 17h ou samedi 10h15.
- Les cours de 18h30 et 19h15 sont reportés, aux MÊMES horaires, le mercredi.

Ceci est valable pour les semaines du 17 avril, 1° et 8 mai et 5 juin.

STAGES 2017

VACANCES DE PRINTEMPS : STAGE DE DANSE/ STAGE DE THEATRE

DANSE : Lundi 3 au jeudi 6 Avril . Spectacle, à confirmer, à la Fondation Paul Parquet

THEATRE : Lundi 11 au jeudi 13 Avril

VACANCES D'ETE : STAGES DE DANSE

1er Stage : Mercredi 28 juin au mercredi 12 Juillet. 4 spectacles de prévus à Neuilly, Levallois et dans le 10° arrondissement.

2°Stage : Jeudi 24 au mercredi 30 août 2017. Voyage à Montréal. Spectacles, rencontres et découverte de

Montréal sont à l'ordre du jour.

VACANCES DE TOUSSAINT 2017 : STAGE DE DANSE

Lundi 23 au vendredi 27 octobre : Dernière ligne droite avant notre spectacle annuel.

MONTREAL 2017

Les 30 stagiaires remercient infiniment le soutien et l'intérêt portés par vous tous pour la réalisation de leur voyage. Leurs efforts conséquents et sans relâche portent leurs fruits. Il reste encore un léger déséquilibre, qui j'en suis certaine, sera bientôt comblé. Elles débordent d'énergie pour trouver des solutions.

Aidez-les.

Spectacle 16 février 2017

Jeudi 16 février 13 h : la petite troupe de danseuses, qui a répété depuis le début de la semaine, est prête à distribuer du bonheur aux petits malades de la fondation Paul Parquet sur l'île de la Jatte.

Nous partons de l'école avec les décors, les costumes et les impressionnantes brosses à dents géantes sous le bras et leur dentifrice tout aussi volumineux. Nous emmenons avec nous des magnifiques passagers clandestins : deux énormes ours en peluche qui resteront à la fondation pour faire des câlins.

A l'arrivée, le sourire aux lèvres, qui ne quittera pas les filles malgré l'état des petits malades, toute la troupe s'active. Chacun connaît son rôle et s'active pour aménager la salle de spectacle : enfilage des costumes, montage de la tente, gonflage des ballons, branchement de la sono, dernières nattes indiennes pour les plus agitéesla « machine » à bonheur est en route.

Tout est prêt quand les premiers petits arrivent avec leurs infirmières et aides soignantes. Juste le temps d'ajuster des placements et le spectacle peut commencer. Anne, aux commandes, lance la musique. Tout l'encadrement est dans les coulisses pour que la magie puisse opérer.

S'en suivra un enchaînement de magnifiques tableaux (chorus, danse des brosses à dents, numéro de claquettes, enchaînements sur pointes.....) où petites et grandes par leur énergie et leur bonne humeur (Anne aurait-elle mis un scotch sur les lèvres de toutes ses danseuses ?) vont ravir une salle pleine. Chapeaux les filles !

Les applaudissements fusent, les danseuses et tout l'encadrement peuvent être fières d'elles : mission accomplie, les petits malades ont très certainement oublié l'espace d'un instant leur difficile quotidien. L'échange continue avec un goûter organisé avec les petits malades : la troupe se mélange et ne fait plus qu'un avec les petits pensionnaires. Bisous, câlins, essayage de costumes....tout le monde repart heureux d'avoir partagé un magnifique moment. Rendez-vous est pris pour le prochain spectacle aux vacances de Pâques.

Si certains en doutaient encore, la compagnie libre jeu c'est du bonheur à l'état pur !

Patricia J.



SPECTACLE NOVEMBRE 2017

La date n'a pas encore été arrêtée, mais il aura lieu au mois de novembre 2017. Les répétitions se dérouleront, par groupe, au studio de danse.

DATES A RETENIR POUR LES REPETITIONS :

- VENDREDI 12 MAI
- VENDREDI 29 SEPTEMBRE

Une élève en voyage

Le 2 février 2017, me voilà partie en Inde avec 15 élèves de mon lycée et 4 accompagnants. Après 11H de vol environ, j'arrive enfin à Calcutta où j'ai posé mes valises pour 10 jours.

J'ai pu découvrir Calcutta qui est une ville très pauvre, mouvementée et avec beaucoup de pollution ; c'est une ville très peuplée qui bouge tout le temps. Mes premiers jours en Inde n'ont pas été si faciles, notamment au niveau de la nourriture et de l'eau. Mais au fur et à mesure je me suis adaptée et j'ai pu partager des moments forts et magiques avec des orphelins et des handicapés.

Voir ce grand sourire sur les lèvres de ces enfants et une petite larme quand on les quittait en fin de journée m'ont rendu tellement heureuse. Pendant 10 jours je me suis sentie utile en aidant ces gens qui n'ont pas les mêmes moyens, la même culture et la même religion que nous. Même si par moment c'était dur, j'ai découvert un fabuleux pays, j'ai partagé avec notre groupe très soudé des moments inoubliables. Pouvoir apporter un petit peu de mon aide à ces enfants qui ne vivent pas comme nous et qui n'ont pas les mêmes besoins m'a fait beaucoup de bien. Ce voyage m'a permis de grandir un peu plus et de me rendre compte aussi à quel point j'ai de la chance de vivre dans de bonnes conditions.

J'ai choisi de faire ce voyage dans la continuité des stages de danse de juillet chez Anne Couzinet que je fais depuis maintenant 10 ans. Danser devant ces enfants malades et leurs donner de la joie est très important pour moi. Ce sont des expériences que je n'oublierai jamais et je souhaite à tout le monde de pouvoir vivre la même expérience.

Clémence Viaud.

LES EXAMENS :

MERCREDI 17 MAI ET VENDREDI 19 MAI 2017

VOYAGE D'ETUDES

Samedi 14 et dimanche 15 octobre (sous réserve que nous soyons assez nombreux), la compagnie Libre-Jeu et l'école de danse organiseront, pour la quatrième année, un voyage d'étude en Normandie en octobre prochain.

Il concerne exclusivement les élèves participant au prochain spectacle de novembre. Il a notamment pour objectif de créer une cohésion entre les élèves et développer l'esprit de groupe.



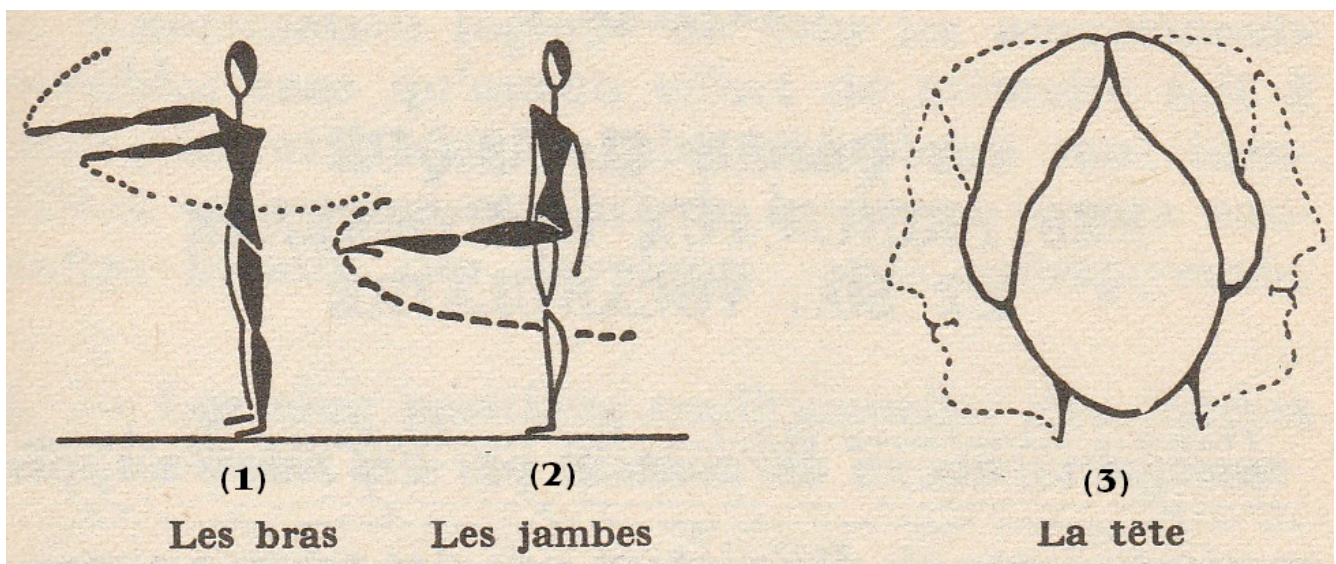
VACANCES !

Vous avez dit vacances, je crois qu'il y a erreur. Je serai présente jusqu'à mi-juillet, avec de nouvelles barres et des cours qui vont nous faire beaucoup rire. Vous pouvez compter sur moi.

46eme leçon : les rotations

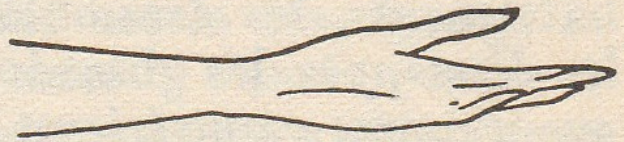
(fiche à conserver)

Ces sont des mouvements qui font décrire au corps, aux jambes, aux bras et avant bras, et à la tête des *mouvements circulaires parallèles au sol*.



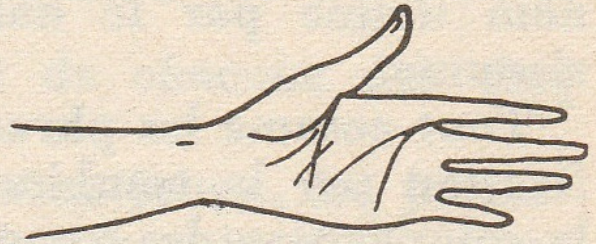
Une origine des déplacements étant fixée, ces mouvements s'effectueront, soit à droite, soit à gauche du point de départ. (schémas n°1 pour les bras, n°2 pour les jambes, n°3 pour la tête, n°4 pour les avant-bras et la main).

a) Main se présentant paume dirigée vers le ciel (supination).



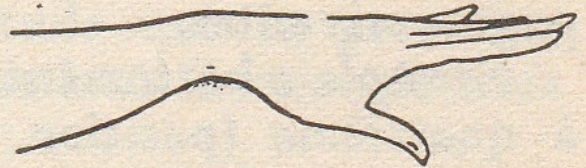
a

b) Main se présentant paume perpendiculaire au sol.



b

c) Main se présentant paume dirigée vers la terre (pronation).



c

(4) L'avant-bras et la main