

La Danse Classique à Digne

Légèreté, souplesse, élégance, précision, maîtrise de soi, ensemble...la danse classique est l'héritage de siècles d'histoire dont la magie semble atemporelle.

Elle rassemble les hommes et les femmes à travers le monde autour d'un code esthétique commun par un vocabulaire (originellement français !) devenu universel. Ainsi de Moscou à New York en passant par l'Asie, un ballet classique comportera toujours « pas de chat », « glissade », ou autre « arabesque » : des mots en français issus de la terminologie du ballet classique qui sont, de nos jours encore, utilisés dans le monde entier.

Ayant beaucoup voyagé de par mon métier de danseuse et professeur, j'ai toujours eu ce sentiment d'appartenir à une immense famille dont je ne connaissais pas les membres, mais liés incroyablement les uns aux autres par un amour commun : la danse.

Aujourd'hui je transmets cette richesse à toutes et tous, quel que soit l'âge ou le niveau, afin de développer le sens artistique de chacun tout en permettant aux élèves d'acquérir la meilleure technique possible.

EVEIL et JARDIN :

Il s'agit d'un atelier découverte où, sous une forme assez ludique, les enfants ont la possibilité de s'exprimer instinctivement et de ressentir le plaisir de danser. Ce cours favorise le développement à la fois corporel et sensoriel de l'enfant, ainsi que de nombreuses qualités utiles tout au long de leur vie : écoute, observation, musicalité, créativité, conscience de l'espace, évolution au sein d'un groupe...

INITIATION :

Poursuite du travail créatif ainsi que du développement de l'autonomie effectué en jardin-éveil, auquel vient progressivement s'ajouter l'apprentissage des bases du vocabulaire commun à toutes les disciplines de danse (classique, jazz et contemporain).

1^{er} CYCLE :

On aborde dans ce cycle le début de la technique classique à proprement parler, avec l'apprentissage de nombreux pas de base qui serviront par la suite à lier les éléments techniques plus complexes.

2^{ème} CYCLE :

Développement de la technique et du sens artistique, ainsi que du travail des pointes pour les filles (si le niveau technique et la force physique le permettent)

3^{ème} CYCLE :

A la technique grandissante vient s'ajouter un travail sur le répertoire des ballets classiques, néoclassiques (français et du monde entier). L'objectif étant pour l'élève de pouvoir s'affirmer artistiquement, en s'appuyant sur ses acquis afin de mieux s'épanouir dans sa danse.

ADULTES

CLASSIQUE : il s'agit d'un cours tous niveaux, quel que soit votre âge, que vous soyez débutant ou non. N'hésitez pas à nous rejoindre et découvrir ou redécouvrir le plaisir de danser, dans une ambiance bienveillante et chaleureuse.

BARRE AU SOL : également ouvert à tous. Une série d'exercices au sol permettant de travailler à la fois la posture, la souplesse et la tonicité musculaire. C'est un travail en profondeur, en douceur, qui respecte le corps tout en cherchant un alignement juste.



Carole Mongin, professeur de danse classique