

## Les cours réguliers

### TECHNIQUE CONTEMPORAIN & JAZZ

#### Mardi soir, HAUTERIVE

Entrez dans la danse !

Une soirée pour découvrir, apprendre et se faire plaisir ! Un voyage dans la musicalité du mouvement, dans la souplesse et la fluidité.

**17h15-18h : éveil de 4 à 6 ans**

**18h-19h : enfants de 7 à 11 ans**

**19h-20h15 : adultes**

### GROUPE D'IMPROVISATION VOCALE

#### Jeudi 19h-21h (bi-mensuel), CUSSET

Un rendez-vous régulier pour explorer l'improvisation vocale, affiner notre écoute du son, ancrer nos corps dans le rythme et déployer nos créativité !

## Les week-end découverte

Les 27-28 septembre / 29-30 novembre /  
31 janvier-1er février / 28-29 mars /  
30-31 mars, HAUTERIVE

### ATELIER DANSE « PARENT/ENFANT »

**Samedi 9h45-10h30 : enfants de 2 à 4 ans**

**Samedi 10h45-11h45 : enfants de 4 à 8 ans**

Un instant suspendu en famille, hors du temps : un espace de complicité, de joie et de spontanéité !

### ATELIER FLOOR WORK (DANSE AU SOL)

**Samedi de 15h à 17h**

« Floor work », ou l'art de danser avec le sol comme un terrain de jeu. Rouler, glisser, chuter, rebondir... On joue avec la gravité !

**Evolution vers l'acrobatie de 17h à 18h.**

### ATELIER DANSE LIBRE & IMPROVISEE

**Dimanche de 10h à 13h**

Une immersion guidée, à l'écoute de nos sensations, de nos émotions, de nos imaginaires. Un moment privilégié pour se laisser porter par l'instant et s'exprimer !

### ATELIER « VOIX & MOUVEMENT »

**Dimanche de 15h à 18h**

Improvisation vocale & corporelle se rencontrent pour ouvrir le « chant des possibles » ! Dans l'élan du geste dansé, nous déploierons nos voix, libres, vivantes et audacieuses.



Un Chant pour tous aura lieu les samedis soir de 18h30 à 20h30 et sera suivi d'un repas partagé ! Gratuit, ouvert à tous.