



# Stages d'été Semaine créative Du 25 au 29 juillet 2022

Hip hop	Franck Settier	10h-12h
Tai chi	Philippe Mensah	10h-12h
Danse contemporaine	Caroline Le Noane	14h-16h
Chant	Bachir Sanogo	14h-16h
Danse africaine	Néné Touré Bachir Sanogo	16h-18h
Cirque	Acroballe Circus	16h-18h
Yoga	Marianne Simon	18h-20h
Modern Jazz	Sabaline Fournier	18h-20h

Tarifs et conditions d'accueil détaillés sur la fiche d'inscription

Scène amateur dans le cadre du Festival Chemins des Arts  
le vendredi 29 juillet à 21h et le samedi 30 juillet à partir de 16h

© C.BOURDAIN

PLATESV-R-2022-002142 / PLATESV-R-2022-002143



CIE ALFRED ALERTE / ADJAC  
BERGERIE DE SOFFIN  
58 700 AUTHIOU  
03 86 60 15 56 / 06 81 47 12 68  
cie.alfredalerte@yahoo.fr  
associationadjac@yahoo.com  
www.ciealfredalerte.com

**STAGES D'ETE**  
**Semaine créative**  
**Du 25 au 29 juillet 2022**

**HIP HOP AVEC FRANCK SETTIER DE 10H A 12H / 20 PLACES**

Venez découvrir l'univers de la danse Hip Hop à travers ses différentes techniques, son univers musical et ses différentes terminologies, tout ceci dans une bonne ambiance !

La seule chose qui peut vous empêcher de faire ce stage est que vous soyez âgés de moins de 7 ans, sinon peu importe votre niveau en danse ou votre âge ou votre couleur de cheveux, n'hésitez pas à venir découvrir la richesse de cette culture ou à perfectionner votre niveau en danse !

Les adultes sont acceptés, la danse Hip Hop est une culture de mélanges et de partages, alors mélangeons les générations à travers cette danse !

**TAI CHI ET QI CHONG AVEC PHILIPPE MENSAH DE 10H A 12H / 15 PLACES**

« Le Tai-chi-chuan est un art martial interne. Par interne, il ne s'agit pas de lutter contre un adversaire extérieur à soi-même, mais d'affronter son adversaire interne où plutôt d'effectuer un travail intérieur : (...) il ne s'agit pas, comme le croient les innocents, de se vaincre soi-même. Plutôt de se rencontrer. »

(David Catherine, *La beauté du geste*, 2006, p. 121, livre qui évoque son cheminement dans la pratique du Tai-chi-chuan et du piano).

C'est pour cela que l'un de ses noms est la « boxe de l'ombre » c'est-à-dire un travail dynamique et en profondeur.

Le Qi-Chong (littéralement maîtrise de l'énergie vitale) est une gymnastique traditionnelle chinoise.

L'un des 5 piliers de la médecine chinoise dont l'acupuncture est le plus connu en occident.

Il s'agit de mouvements simples et répétitifs qui font travailler la coordination ; la respiration, la détente, l'ancrage et la tonification.

L'objectif ne sera pas d'apprendre et de maîtriser un enchaînement à tout prix, mais d'abord d'éprouver son corps en mouvement et de découvrir et d'approfondir des notions de base de notre corps en mouvement au travers du Tai-chi-chuan et du Qi-Chong.

**DANSE CONTEMPORAINE AVEC CAROLINE LE NOANE DE 14H A 16H / 20 PLACES**

Chorégraphe de la compagnie Le Huit, danseuse et professeur, Caroline vous proposera durant cette semaine créative un travail spécifique sur l'interactivité entre les personnes dans un esprit de confiance et de respect. Un apprentissage ludique de mouvements et une action dramatique provenant de différents spectacles qui seront utilisés pour écrire ensuite une courte restitution.

Enrichir la motricité expressive du corps par l'intermédiaire du jeu, de l'exercice ou de l'enchaînement. Clarifier les outils spécifiques de la danse (transfert de poids, coordination, spirales, rythme, mémorisation, repère dans le temps et l'espace...).

### **CHANT AVEC BACHIR SANOGO DE 14H A 16H / 15 PLACES**

Rejoignez, si cela vous chante, l'univers enchanté de Bachir...

Né en Côte d'Ivoire, Bachir se forme rapidement aux instruments de musique traditionnels, notamment au Kamel N'goni et aux percussions auprès de ses maîtres.

Sa musique se nourrit de la fusion des styles et des continents, passant du traditionnel à la musique métissée, de la peau aux cordes.

Ses cours de chants traditionnels et ruraux sont accompagnés de percussions et d'instruments harmoniques.

Un vrai bonheur, ouvert à toutes et à tous.

### **DANSE AFRICAINE AVEC NENE TOURE ET BACHIR SANOGO DE 16H A 18H / 20 PLACES**

Néné vous invite à partir à la découverte de plusieurs styles de danses traditionnelles d'Afrique de l'Ouest : Ndombolo, Sabar, Azonto, Mendianny...

La pratique de ces danses constitue un travail physique équilibré et complet sollicitant tout le corps dans des mouvements dynamiques.

Dans une ambiance conviviale, venez-vous évader et passer un agréable moment au côté de cette danseuse à la joie de vivre communicative.

### **CIRQUE AVEC ACROBALLE CIRCUS DE 16H A 18H / 15 PLACES**

L'école de cirque neversoise Acroballe Circus vous invite à découvrir différentes disciplines de cirque sous la forme d'ateliers directifs ou libres afin d'individualiser les apprentissages tout en s'adaptant au niveau et à l'âge des participants.

Au menu de la semaine : acrobaties, portés, équilibre sur objets (fil, boule, rolla-bolla, éducatifs de cycle, monocycle), jonglerie (foulards, balles, anneaux, massues), manipulation d'objets (diabolo, bâton du diable, assiette chinoise, cerceaux, plume de paon), jeux de scène, clownerie, mime, relation musique-mouvement...

Des jeux, temps d'échanges et de partage seront mis en place au cours des ateliers.

Les séances débiteront par des échauffements ludiques et se termineront par un retour au calme.

Débutants ou avancés, tout le monde sera le bienvenu !

### **YOGA AVEC MARIANNE SIMON DE 18H A 20H / 15 PLACES**

C'est après un temps de réveil physiologique en douceur par des exercices inspirés du Qi Qong que nous entrerons dans la pratique du Natha-Yoga.

Une rencontre avec notre respiration, un travail du souffle (pranayama) nous permettront d'accompagner l'expérience d'entrer dans les postures (asanas).

Tout ceci dans le respect des possibilités de chacun, pour une meilleure disponibilité physique et mentale.

Un état calme et présent viendra ainsi s'inscrire en nous comme une deuxième peau.

### **MODERN JAZZ AVEC SABALINE FOURNIER DE 18H A 20H / 20 PLACES**

Sabaline Fournier, professeur diplômé d'État option jazz depuis 2006, propose un enseignement pluridisciplinaire et pour tous les âges à l'Atelier Dantza (à Pau).

Sa pédagogie est fondée sur une danse à la fois organique et sensorielle.

Son style se définit par un métissage des techniques jazz et contemporaine, par une fluidité du geste, un ancrage permanent au sol, une libre circulation des forces dans le corps et une quête perpétuelle de sensations à travers les changements d'énergies.

Son objectif premier est de transmettre une danse intuitive et dynamique en rapport direct avec la musique.

Ses maître-mots : l'ivresse, la liberté et la spontanéité.

## **INFORMATIONS PRATIQUES**

Accueil des « campeurs » le dimanche 24 juillet à partir de 16h.

**Réunion d'informations pour l'ensemble des stagiaires et intervenants autour d'un apéritif de bienvenue le dimanche 24 juillet à 19h (explications sur le fonctionnement collectif et les règles de vie du lieu).**

---

Scène amateur permettant de restituer les créations montées durant la semaine le vendredi 29 juillet à partir de 21h et le samedi 30 juillet à partir de 16h, dans le cadre du Festival Chemins des Arts, festival de danse en milieu rural.

---

*Un évènement organisé par la Cie Alfred Alerte / Association ADJAC avec le soutien de la Direction Régionale des Affaires Culturelles de Bourgogne-Franche-Comté, du Conseil Régional de Bourgogne-Franche-Comté, du Conseil Départemental de la Nièvre, de la Communauté de Communes Tannay Brinon Corbigny et de la Mairie d'Authiou.*

---

**ADJAC, Association Des Jeunes Artistes Contemporains**

**Association loi 1901**

**Bergerie de Soffin 58700 AUTHIOU**

**N° d'affiliation Siret 481 574 028 000 25**

**APE 9001 Z**

**RNA W582000400**

**N° des licences d'entrepreneur de spectacles : PLATESV-R-2022-002142, PLATESV-R-2022-002143**

**Association assujettie à la TVA**

**TVA intracommunautaire : FR 22 481 574 028**

## STAGES D'ETE 2022

### Bulletin individuel d'inscription aux stages (1 fiche à remplir par personne)

Nom ..... Prénom .....

Date de naissance .....

Adresse .....

Code postal ..... Ville .....

Téléphone ..... email .....

\* **Stage(s) demandé(s):** cochez la case en bout de ligne pour le ou les stages souhaités

**Attention : un minimum de 10 participants par atelier est requis pour que le stage soit ouvert**

Hip hop	10h-12h	<input type="checkbox"/>
Tai Chi	10h-12h	<input type="checkbox"/>
Danse contemporaine	14h-16h	<input type="checkbox"/>
Chant	14h-16h	<input type="checkbox"/>
Danse africaine	16h-18h	<input type="checkbox"/>
Cirque	16h-18h	<input type="checkbox"/>
Yoga	18h-20h	<input type="checkbox"/>
Modern Jazz	18h-20h	<input type="checkbox"/>

### TARIFS DES STAGES

Prix pour 1 stage (10h de cours)	+ 25 ans : 100 €	- 25 ans : 60 €
Prix pour 2 stages (20h de cours)	+ 25 ans : 170 €	- 25 ans : 100 €
Prix pour 3 stages (30h de cours)	+ 25 ans : 230 €	- 25 ans : 130 €

### REPAS (cochez la ou les cases souhaitées)

Forfait « déjeuner » du lundi 25 au samedi 30 juillet inclus : Six repas froids préparés par le traiteur Didier Yvon (La cuisine du Beuvron, Brinon sur Beuvron)	Adulte : 75 € <input type="checkbox"/>	- 10 ans : 45 € <input type="checkbox"/>
Forfait « diner » du dimanche 24 au vendredi 29 juillet inclus : Six repas chauds préparés par l'équipe de la Bergerie	Adulte : 75 € <input type="checkbox"/>	- 10 ans : 45 € <input type="checkbox"/>

**Possibilité de camper sur site**

**Forfait camping du dimanche 24 au dimanche 31 juillet (petit déjeuner inclus) : 50 €**

Montant Stages : ..... €

Montant Repas : ..... €

Montant Camping : ..... €

**MONTANT TOTAL SANS L'ADHESION : .....€**

**Adhésion à l'ASSOCIATION ADJAC obligatoire**

**Adhésion individuelle : 20 €**

**Adhésion famille : 50 € (à partir de 3 personnes d'une même famille)**

**Montant global (stage + hébergement + repas + adhésion) : ..... €**

**Je joins par chèque la somme GLOBALE à l'ordre de l'ADJAC**

**Bulletin d'inscription et fiche d'adhésion à remplir et renvoyer pour validation à  
ADJAC Bergerie de Soffin 58700 AUTHIOU**

**Clôture des inscriptions : LUNDI 18 JUILLET 2022**

**Informations et réservations :  
06 81 47 12 68 (Cie Alfred Alerte)  
06 63 09 14 80 (Patricia Le Gargasson, secrétaire de l'ADJAC)  
cie.alfredalerte@yahoo.fr  
associationadjac@yahoo.com**

**TOUTE INSCRIPTION SERA VALIDEE UNE FOIS LE FORMULAIRE D'INSCRIPTION,  
LE BULLETIN D'ADHESION INDIVIDUELLE OU FAMILIALE ET LE PAIEMENT RECUS  
PAR VOIE POSTALE A LA BERGERIE DE SOFFIN  
UNE CONFIRMATION VOUS SERA ENVOYEE PAR MAIL**

**ADJAC, Association Des Jeunes Artistes Contemporains  
Association loi 1901**

**Bergerie de Soffin 58700 AUTHIOU  
N° d'affiliation Siret 481 574 028 000 25  
APE 9001 Z  
RNA W582000400**

**N° des licences d'entrepreneur de spectacles : PLATESV-R-2022-002142, PLATESV-R-2022-002143  
Association assujettie à la TVA  
TVA intracommunautaire : FR 22 481 574 028**

**ADHESION A TITRE INDIVIDUEL**

**VERSEMENT DE LA COTISATION ANNUELLE<sup>1</sup>**

**(valable du 1er janvier au 31 décembre 2022)**

Je, soussigné(e), .....

demeurant (rue / av. / bd.) : .....

Code postal: .....Ville : .....

Téléphone : .....

Date de naissance : .....

Adresse électronique : .....

souhaite adhérer à l'association ADJAC à titre individuel pour **l'année 2022**.

**Montant de l'adhésion annuelle : 20 €**

**Don** ..... €

**Total du versement** ..... €

Règlement par chèque à l'ordre de l'ADJAC     Règlement par virement     Règlement en espèces

Fait à ..... le.....

Signature

<sup>1</sup> Le règlement de la cotisation annuelle est indispensable pour voter à l'Assemblée Générale

**ADHESION FAMILIALE**

(à partir de 3 personnes d'une même famille)

**VERSEMENT DE LA COTISATION ANNUELLE<sup>2</sup> (valable du 1er janvier au 31 décembre 2022)**

Je, soussigné(e), .....

demeurant (rue / av. / bd.) : .....

Code postal : .....Ville : .....

Téléphone : .....

Adresse électronique : .....

souhaite adhérer à l'association ADJAC pour **l'année 2022** en tant que représentant légal de la famille

..... et ce pour l'ensemble des personnes citées ci après :

.....

.....

**Montant de l'adhésion annuelle : 50 €**

**Don** ..... €

**Total du versement** ..... €

Règlement par chèque à l'ordre de l'ADJAC     Règlement par virement     Règlement en espèces

Fait à ..... le.....

Signature

---

<sup>2</sup> Le règlement de la cotisation annuelle est indispensable pour voter à l'Assemblée Générale