



# Stages d'été Du 19 au 23 juillet 2021

Semaine de découverte et de partage		
Hip hop	Franck Settier	10h-12h
Tai chi	Philippe Mensah	10h-12h
Danse contemporaine	Alfred Alerte	14h-16h
Chant	Bachir Sanogo	14h-16h
Images collectives	Lucie Albon	14h-16h
Danse afro-contemporaine	Ida Faho Bachir Sanogo	16h-18h
Cirque	Valérie Sangouard Stéphane Bernier	16h-18h
Yoga	Marianne Simon	18h-20h
Modern Jazz	Sabaline Fournier	18h-20h
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 €
Activités ayant lieu en extérieur à Soffin et Authiou		
Réunion d'informations le 18 juillet à 19h et le 19 juillet à 9h		
Adhésion à l'Association ADJAC de 15 € par personne et 40 € par famille		
Restitutions publiques le vendredi 23 juillet au soir et le samedi 24 juillet à partir de 16h dans le cadre du Festival Chemins des Arts		

© F. ANCEAU

Licences cat 2 n°1117990 - cat 3 n°1117991



**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 2021

### Semaine du 19 au 23 juillet 2021

#### **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 ALFRED ALERTE DE 14H A 16H / 20 PLACES**

Espace vital, espace intime, espace libre, espace vierge, espace imaginaire, espace plan...

Bercé par les mots de Georges Pérec, Alfred Alerte vous propose de partir à la découverte de l'espace et d'en appréhender toutes ces nuances dans un travail mêlant technique de danse contemporaine et recherches chorégraphiques.

Un voyage corporel autour de la notion de territoire inspiré de ses recherches pour le spectacle METRE CARRE, création 2020/2021 de la Cie Alfred Alerte.

#### **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.

#### **IMAGES COLLECTIVES AVEC LUCIE ALBON DE 14H A 16H / 15 PLACES**

Autour de deux ateliers, Lucie Albion vous propose deux approches du dessin collectif en grand format.

Fresque éphémère en papier découpé : cet atelier va vous permettre une première prise de contact avec la fresque.

Découper, assembler, combiner, déplacer, associer, vous allez pouvoir créer un grand dessin de façon ludique à partir de formes simples.

Lucie Albon vous apprendra à obtenir des résultats saisissants sans aucun pré-requis en dessin.

Fresque peinte (en extérieur) : après les formes et les premières marches gravies avec Lucie Albon, vous vous essayerez au trait. S'engager un peu plus, mettre le corps en mouvement, Lucie Albon vous aidera à prendre confiance et vous donnera les clefs pour que cette fresque collective soit une réussite.

Ces deux ateliers sont accessibles et ouverts à tous, nul besoin d'être expert en dessin pour tenter cette expérience du changement d'échelle !

### **DANSE AFRO-CONTEMPORAINE AVEC IDA FAHO ET BACHIR SANOGO DE 16H A 18H / 20 PLACES**

La danse afro-contemporaine puise son inspiration première dans la danse traditionnelle africaine.

Elle se nourrit d'autres techniques et d'autres influences pour donner vie à une forme de danse plus contemporaine, offrant une grande liberté d'expression.

Cette démarche de métissage dessine un monde sans frontières, composé tout simplement d'émotions, d'énergies et de partage.

La relation d'échange entre la musique, le musicien et le danseur donnent encore plus de force à ce partage.

L'approche d'Ida Faho s'est construite à partir de sa collaboration avec Irène Tassebedo, Serge Aimé Coulibaly, Etienne Cakpo mais également à travers son intérêt pour les danses urbaines qui lui offre une grande liberté d'expression.

Bachir Sanogo accompagne les danseurs avec ses instruments traditionnels d'Afrique de l'Ouest.

### **CIRQUE AVEC VALERIE SANGOUARD ET STEPHANE BERNIER DE 16H A 18H / 15 PLACES**

La compagnie Les Acrobates Amoureux vous propose un stage d'initiation et de perfectionnement aux différentes disciplines de cirque, encadré par deux artistes de cirque professionnels titulaires du DE d'enseignement des Arts du Cirque.

Au menu de la semaine, acrobatie, portés, équilibre sur objets (fil de fer, boule, rolla-bolla) et jonglerie (balles, assiettes chinoises, anneaux, chapeaux et foulards pour les plus petits).

Dans une ambiance ludique, venez découvrir ou perfectionner vos talents de jongleurs, d'acrobates, d'équilibristes...

Les participants pourront présenter leur travail de la semaine lors d'une représentation de clôture du stage. 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**

Réunion d'informations pour l'ensemble des stagiaires et intervenants le dimanche 18 juillet à 19h et le lundi 19 juillet à 9h (explications sur le fonctionnement du lieu et les protocoles sanitaires mis en place sur le site).

Test PCR de moins de 72h demandé pour tous les participants âgés de plus de 11 ans.

.....

Restitutions des stages de modern jazz et hip hop le vendredi 23 juillet à 20h15 et 20h30.

Restitutions des stages de chant, danse afro-contemporaine, danse contemporaine et cirque le samedi 24 juillet à 16h, 19h et 19h30.

.....

*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 des Communes Tannay Brinon Corbigny et de la Mairie d'Authiou.*

.....

## STAGES D'ETE 2021

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

Nom ..... Prénom .....

Age .....

Adresse .....

.....

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

Téléphone ..... email .....

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

1	Hip hop avec Franck Settier	10h-12h	
2	Tai Chi avec Philippe Mensah	10h-12h	
3	Danse contemporaine avec Alfred Alerte	14h-16h	
4	Chant avec Bachir Sanogo	14h-16h	
5	Images collectives avec Lucie Albon	14h-16h	
6	Danse afro-contemporaine avec Ida Faho et Bachir Sanogo	16h-18h	
7	Cirque avec Valérie Sangouard et Stéphane Bernier	16h-18h	
8	Yoga avec Marianne Simon	18h-20h	
9	Modern Jazz avec Sabaline Fournier	18h-20h	

### TARIFS

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 €

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

**Adhésion à l'ASSOCIATION ADJAC obligatoire**

**Adhésion individuelle : 15 €**

**Adhésion famille : 40 €**

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

**Montant global (stage + 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**

**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**

**Questions relatives aux protocoles sanitaires :**

**Sophie Bauer référente COVID**

**06 11 07 82 75**

**TOUTE INSCRIPTION SERA VALIDÉE 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 ENVOYÉE 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 : cat 2 n°1117990 et cat 3 n°1117991**

**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 2021)**

Je, soussigné(e), .....

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

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

Tél. domicile : ..... Tél. portable : .....

Adresse électronique : .....

souhaite adhérer à l'association ADJAC à titre individuel pour l'année 2021.

**Montant de l'adhésion annuelle : 15 €**

**Don** ..... €

**Total du versement** ..... €

Réglé par chèque à l'ordre de l'ADJAC

Réglé 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>1</sup>**

**(valable du 1er janvier au 31 décembre 2021)**

Je, soussigné(e), .....

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

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

Tél. domicile : ..... Tél. portable : .....

Adresse électronique : .....

souhaite adhérer à l'association ADJAC pour l'année 2021 en tant que représentant légal de la famille

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

.....

.....

**Montant de l'adhésion annuelle : 40 €**

**Don** ..... €

**Total du versement** ..... €

Réglé par chèque à l'ordre de l'ADJAC

Réglé en espèces

Fait à ..... le.....

Signature

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