



# PROGRAMME DE FORMATION

## Danse contemporaine Gaga / people Avec Delphine Jungman

### Présentation du Stage

Découvrez le langage corporel multisensoriel créé par Ohad Naharin, pour renforcer souplesse, endurance, coordination et stimuler votre créativité. Par une écoute profonde du corps et de ses sensations, ce stage propose une initiation au mouvement Gaga développée par le chorégraphe israélien Ohad Naharin (Batsheva Dance Company). Durant une heure d'échauffement, les participant-es explorent de façon active une série d'instructions évocatrices qui se superposent les unes aux autres ("Ta colonne vertébrale est souple comme un serpent", "Agite-toi comme un spaghetti dans l'eau bouillante", "Sens le passage du vent sur ta peau"... ) et offrent un cadre créatif permettant de se connecter à son corps et son imaginaire, d'améliorer sa souplesse, sa condition physique et d'expérimenter le plaisir du mouvement dans la convivialité et la liberté.

### Maître de Stage

Chorégraphe et danseuse interprète, engagée en collectifs depuis une dizaine d'années, Delphine Jungman s'est formée à la danse contemporaine à la Kibbutz Contemporary Dance Company puis auprès de Ohad Naharin pour la certification Gaga Teacher. Pour la Cie 2x0, en partenariat avec le compositeur Patrick Biyik et d'autres danseur-euses, elle a créé *Hurricane*, *Synchronie*, *Dixtopiques* et *Débordement* coproduit par Initiatives d'Artistes, IADU et la Villette. Elle amène sa touche chorégraphique aux pièces de théâtre *Frère(s)* de la Cie du Chemin ordinaire et *Rester Rivages* de la Cie Hej Hej Tak. Elle chorégraphie également pour du Cirque, des courts-métrages, des clips, etc. Gaga Teacher, titulaire du Diplôme d'État et d'un Master en danse-thérapie, elle intervient auprès de compagnies, d'institutions et porte le Milk Shake Project.

### Objectifs pédagogiques

- Découvrir le langage Gaga/people créé par Ohad Naharin
- Écouter les sensations et dépasser les habitudes de corps
- Travailler le lâcher prise et le dépassement de soi
- Développer une écoute attentive et une connexion empathique à l'autre
- Stimuler les sens et l'imagination
- Renforcer le corps, gagner en souplesse, endurance et agilité

A la fin de la formation, les stagiaires peuvent être évalué.e.s sur leur capacité à :

- Interpréter de façon active des improvisations guidées

### Méthodes pédagogiques

La Maître de stage adaptera le contenu de sa formation en fonction des informations transmises par les stagiaires en amont de la formation. Le travail avec Delphine Jungman se fera par l'utilisation du langage Gaga, en groupe, à travers l'interprétation corporelle et personnelle des instructions guidées par la Maître de Stage. Le langage Gaga/People sera

développé pendant une heure en variant les rythmes et intensités mais sans jamais stopper le mouvement.

### **Contenu type d'une journée de stage**

- Développement du langage Gaga/people pendant une heure

### **Modalités d'évaluation de la formation**

#### **Pendant la formation :**

- Séance collective de bilan avec compte rendu écrit par la Maître de stage à remettre à la fin de la semaine à votre accompagnateur·ice Suds
- Grille d'auto-évaluation par le stagiaire sur son espace personnel suds-arles.com

#### **Après la formation :**

- Questionnaire de satisfaction à destination des stagiaires envoyé par mail par Suds
- Bilan des Maîtres de Stage sur l'organisation générale SUDS envoyé par mail par Suds

### **Prérequis pour suivre la formation**

Les niveaux suivants, impliquant certains prérequis précis, sont acceptés dans cette formation :

#### **Tous Niveaux - aucun prérequis**

Pour ce stage, cela se traduit par le fait d'avoir au minimum 16 ans. Au moment de l'inscription, il est demandé à chaque stagiaire de préciser son niveau ainsi que ses attentes sur le stage.

### **Moyens techniques**

Salle utilisée uniquement pour la formation

Système de sonorisation avec entrée CD, USB, mini jack

### **Dates de la formation**

Du 8/7/2024 au 12/7/2024

### **Horaires de la formation**

De 14:30 à 15:30

### **Durée de la formation**

5 jours, 5h00 de formation

### **Lieu de la formation**

Salle adaptée à la formation, dans le centre-ville d'Arles (Salle précise renseignée deux semaines avant la formation)

### **Public**

Le nombre de personnes pouvant accéder à ce stage est limité à 35

### **Conseils pratiques**

Même si nous faisons notre possible pour rafraîchir les salles, l'été arlésien reste chaud ! N'oubliez pas de vous munir de gourdes d'eau, chapeaux, serviettes, vêtements légers et tout ce qui permettra votre confort.

### **Délai d'inscription**

Les inscriptions aux formations sont ouvertes 4 mois avant le démarrage de celles-ci. Le délai d'accès est donc compris entre 1 jour et 4 mois. Pour la prise en charge des dossiers en formation professionnelle, la date limite d'inscription est fixée au 10/06/2024.

### **Accessibilité**

Nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap et différents aménagements peuvent être envisagés. Les participant·es sont invité·es à contacter Pauline

Les Suds, à Arles – 14, rue des Arènes – 13200 ARLES - FRANCE

Licence L-R-19-587 – APE 9329Z – Siret n°4046777000027

N° de TVA intracommunautaire : FR27404677700 - Numéro de formation professionnelle : 93131173913

Lecocq à [stages@suds-arles.com](mailto:stages@suds-arles.com) ou au 04.90.96.06.27. Nous discuterons des solutions envisageables ensemble.

### Conditions tarifaires

Tarif réduit\* : 80€

Plein tarif : 110€

Formation professionnelle : 210€

*\*Sur présentation d'un justificatif (étudiant-es, jeunes de -18ans, bénéficiaires de minima sociaux (RSA), détenteur-rices de la carte AAH, élèves des structures partenaires). Non cumulable avec la réduction pour plusieurs stages achetés.*

### Prise en charge

Suds à Arles est Organisme de Formation certifié Qualiopi, label qualité qui nous engage auprès des personnes inscrites à nos formations. Différentes prises en charge peuvent être envisagées (AFDAS, Uniformation, FIFPL, employeur, Pôle Emploi...) En l'absence de financement ou si besoin de renseignements, nous vous invitons à nous contacter :

[stages@suds-arles.com](mailto:stages@suds-arles.com) ou au 04.90.96.06.27

### Document de fin de formation

Une attestation de fin de stage sera téléchargeable sur l'espace personnel du·de la stagiaire  
Une grille d'auto-évaluation et un questionnaire en ligne seront envoyés à la fin de la formation.



## PROGRAMME DE FORMATION

### Danse contemporaine Gaga / people + Atelier chorégraphique Niv.2,3,4 Avec Delphine Jungman

#### Présentation du Stage

Initiez-vous à la danse Gaga, puis expérimentez la composition instantanée à partir du matériel chorégraphique développé par Delphine Jungman dans son solo " ? " Par une écoute profonde du corps et de ses sensations, ce stage propose une initiation au mouvement Gaga développée par le chorégraphe israélien Ohad Naharin (Batsheva Dance Company). Durant une heure d'échauffement, les participant-es explorent de façon active une série d'instructions évocatrices qui se superposent les unes aux autres ("Ta colonne vertébrale est souple comme un serpent", "Agite-toi comme un spaghetti dans l'eau bouillante", "Sens le passage du vent sur ta peau"... ) et offrent un cadre créatif permettant de se connecter à son corps et son imaginaire, d'améliorer sa souplesse, sa condition physique et d'expérimenter le plaisir du mouvement dans la convivialité et la liberté.

Pendant la deuxième partie de la séance, vous explorerez le matériel chorégraphique du solo « ? » de Delphine Jungman, dans lequel l'interprète se met au service de règles de création proposées par le public : thématique, qualité du mouvement, choix musical, espace défini, interaction, narration, etc. La transmission de ces outils de création, visera à vous mettre en confiance et en condition, pour expérimenter, toujours dans le plaisir du jeu, la composition instantanée et la mise en scène, par groupe, de vos propres consignes de création.

*Pour pouvoir profiter au maximum de cet atelier, être à l'aise dans l'apprentissage de phrases chorégraphiques autant que dans l'engagement physique, il est important d'avoir une activité régulière et récente de danse, quelle qu'elle soit.*

#### Maître de Stage

Chorégraphe et danseuse interprète, engagée en collectifs depuis une dizaine d'années, Delphine Jungman s'est formée à la danse contemporaine à la Kibbutz Contemporary Dance Company puis auprès de Ohad Naharin pour la certification Gaga Teacher. Pour la Cie 2x0, en partenariat avec le compositeur Patrick Biyik et d'autres danseur-euses, elle a créé *Hurricane*, *Synchronie*, *Dixtopiques* et *Débordement* coproduit par Initiatives d'Artistes, IADU et la Villette. Elle amène sa touche chorégraphique aux pièces de théâtre *Frère(s)* de la Cie du Chemin ordinaire et *Rester Rivages* de la Cie Hej Hej Tak. Elle chorégraphie également pour du Cirque, des courts-métrages, des clips, etc. Gaga Teacher, titulaire du Diplôme d'État et d'un Master en danse-thérapie, elle intervient auprès de compagnies, d'institutions et porte le Milk Shake Project.

#### Objectifs pédagogiques

- Découvrir ou pratiquer le langage Gaga/people créé par Ohad Naharin
- Écouter les sensations et dépasser les habitudes de corps

- Travailler le lâcher prise et le dépassement de soi
- Développer une écoute attentive et une connexion empathique à l'autre
- Renforcer le corps, gagner en souplesse, endurance et agilité
- Expérimenter les outils de création et les thématiques du solo : “?” de Delphine Jungman
- Créer et interpréter une courte forme chorégraphique en groupe
- Pratiquer l'improvisation dansée avec une thématique imposée
- Alternier une participation active en mouvement et une posture de direction artistique en demi groupe

A la fin de la formation, les stagiaires peuvent être évalué.e.s sur leur capacité à :

- Utiliser les outils d'improvisation et concepts chorégraphiques du solo “?” de Delphine Jungman
- Interpréter de façon active des improvisations guidées
- Etre capable d'improviser dans une composition instantanée
- Créer et proposer ses propres règles de composition chorégraphique

### Méthodes pédagogiques

La Maître de stage adaptera le contenu de sa formation en fonction des informations transmises par les stagiaires en amont de la formation. Le travail avec Delphine Jungman se fera par l'utilisation du langage Gaga / people, en groupe, à travers l'interprétation corporelle et personnelle des instructions de la Maître de Stage. Le stage sera aussi consacré à la transmission orale des outils chorégraphiques de son solo “?” à travers des démonstrations et des exercices individuels et collectifs.

### Contenu type d'une journée de stage

- Échauffement Gaga/people d'une heure
- Temps de questions collectives et/ou individuelles
- Pause
- Atelier de création : transmission de matériel chorégraphique et à partir du 3<sup>e</sup> jour de stage transmission d'outils de création pour permettre à chacun d'être force de proposition
- Temps d'échange oral

### Modalités d'évaluation de la formation

**Pendant la formation :**

- Séance collective de bilan avec compte rendu écrit par la Maître de stage à remettre à la fin de la semaine à votre accompagnateur·ice Suds
- Grille d'auto-évaluation par le stagiaire sur son espace personnel suds-arles.com

**Après la formation :**

- Questionnaire de satisfaction à destination des stagiaires envoyé par mail par Suds
- Bilan des Maîtres de Stage sur l'organisation générale SUDS envoyé par mail par Suds

### Prérequis pour suivre la formation

Les niveaux suivants, impliquant certains prérequis précis, sont acceptés dans cette formation :

**Niveau 2 – Intermédiaire** : Maîtrise des éléments techniques de base

**Niveau 3 – Avancé** : Maîtrise des bases et facilité à intégrer un nouveau répertoire

**Niveau 4 – Professionnel** : Maîtrise des techniques et des répertoires

Pour ce stage, cela se traduit par le fait d'avoir au minimum 16 ans et d'être capable de danser après un échauffement Gaga/people d'une heure. Pour pouvoir profiter du stage au maximum, il est important d'avoir une activité de danse régulière et récente quelque soit la danse pratiquée, être à l'aise dans l'apprentissage de phrases chorégraphiques et l'engagement

physique. Au moment de l'inscription, il est demandé à chaque stagiaire de préciser son niveau ainsi que ses attentes sur le stage.

### **Moyens techniques**

Salle utilisée uniquement pour la formation  
Système de sonorisation avec entrée CD, USB, mini jack

### **Dates de la formation**

Du 8/7/2024 au 12/7/2024

Une présentation publique aura lieu en fin de semaine le samedi 13 juillet

### **Horaires de la formation**

De 14:30 à 17:30

### **Durée de la formation**

5 jours, 15h00 de formation

### **Lieu de la formation**

Salle adaptée à la formation, dans le centre-ville d'Arles (Salle précise renseignée deux semaines avant la formation)

### **Public**

Le nombre de personnes pouvant accéder à ce stage est limité à 15

### **Conseils pratiques**

Même si nous faisons notre possible pour rafraîchir les salles, l'été arlésien reste chaud !  
N'oubliez pas de vous munir de gourdes d'eau, chapeaux, serviettes, vêtements légers et tout ce qui permettra votre confort.

### **Délai d'inscription**

Les inscriptions aux formations sont ouvertes 4 mois avant le démarrage de celles-ci. Le délai d'accès est donc compris entre 1 jour et 4 mois. Pour la prise en charge des dossiers en formation professionnelle, la date limite d'inscription est fixée au 10/06/2024.

### **Accessibilité**

Nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap et différents aménagements peuvent être envisagés. Les participant-es sont invité-es à contacter Pauline Lecocq à [stages@suds-arles.com](mailto:stages@suds-arles.com) ou au 04.90.96.06.27. Nous discuterons des solutions envisageables ensemble.

### **Conditions tarifaires**

Tarif réduit\* : 230€

Plein tarif : 260€

Formation professionnelle : 360€

*\*Sur présentation d'un justificatif (étudiant-es, jeunes de -18ans, bénéficiaires de minima sociaux (RSA), détenteur-rices de la carte AAH, élèves des structures partenaires). Non cumulable avec la réduction pour plusieurs stages achetés.*

### **Prise en charge**

Suds à Arles est Organisme de Formation certifié Qualiopi, label qualité qui nous engage auprès des personnes inscrites à nos formations. Différentes prises en charge peuvent être envisagées (AFDAS, Uniformation, FIFPL, employeur, Pôle Emploi...) En l'absence de financement ou si besoin de renseignements, nous vous invitons à nous contacter :

[stages@suds-arles.com](mailto:stages@suds-arles.com) ou au 04.90.96.06.27

Les Suds, à Arles – 14, rue des Arènes – 13200 ARLES - FRANCE

Licence L-R-19-587 – APE 9329Z – Siret n°4046777000027

N° de TVA intracommunautaire : FR27404677700 - Numéro de formation professionnelle : 93131173913

## **Document de fin de formation**

Une attestation de fin de stage sera téléchargeable sur l'espace personnel du stagiaire  
Une grille d'auto-évaluation et un questionnaire en ligne seront envoyés à la fin de la formation.