



PROGRAMME DE FORMATION & AXES PEDAGOGIQUES

Danse Bollywood Avec Maria Robin

Présentation du Stage

La danse bollywood est un style chorégraphique métissé, fruit de la rencontre de l'orient et de l'occident, issu du mariage des danses classiques et traditionnelles indiennes avec des disciplines venues d'autres horizons comme le modern jazz, le hip-hop, la danse orientale... Par son dynamisme, la grâce de ses mouvements, son expressivité théâtrale, tant que par la richesse et l'originalité de ses chorégraphies, elle séduit les débutant·es comme les danseur·ses plus expérimenté·es. Après avoir étudié le pas de base de la danse bollywood et certaines gestuelles indiennes traditionnelles, vous apprendrez à réaliser un enchaînement chorégraphique simple, et intégrerez les techniques qui vous permettront de danser sur de la musique bollywood de manière spontanée et naturelle.

Maître de Stage

Maria Robin, imprégnée dès son enfance par les rythmes et les chants traditionnels du Rajasthan (région désertique du nord-ouest de l'Inde), se forme à la danse kalbeliya, depuis près de vingt ans avec la célèbre danseuse gitane Gulabi Sapera. En parallèle, elle apprend également les chants traditionnels rajasthanis auprès des femmes de la communauté gitane de Jaipur. Maria chante et danse sur scène depuis de nombreuses années avec son père musicien, Titi Robin, compagnon de longue date du festival – en 2003, il a partagé avec Gulabi Sapera la scène du Théâtre Antique, qui l'a également accueilli en 1998, 2007, 2010 et 2015. Sur scène, en tant que danseuse, elle improvise ses mouvements en dialogue avec les musiciens et puise dans le vocabulaire esthétique de la danse indienne kalbeliya aussi bien que dans ceux empruntés aux danses bollywood, orientales et gitanes... Maria Robin enseigne la danse kalbeliya à Marseille et anime des stages en France et à l'étranger.

Objectifs pédagogiques

- Acquérir et maîtriser les pas de base de la danse Bollywood
- Assimiler des gestuelles traditionnelles indiennes
- Savoir réaliser un enchaînement chorégraphique de plusieurs minutes
- Être capable de danser simplement de manière spontanée et naturelle

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

- Maîtriser un enchaînement chorégraphique et rythmique
- Connaître des gestuelles traditionnelles indiennes

Méthodes pédagogiques

La Maître de stage adaptera le contenu de sa formation en fonction des réponses reçues. Le travail avec Maria Robin se fera par la transmission de contenus culturels, d'écoutes musicales et de danse. L'apprentissage se fera d'abord par mimétisme dans un cercle de transmission

puis par des exercices techniques détaillant la gestuelle avant d'être appliquée dans un enchaînement chorégraphique durant la semaine.

Contenu type d'une journée de stage

- Echauffement global du corps, des articulations
- Cercle de transmission directe
- Exercices techniques simples de pieds (pas de base et travail du déhanché)
- Exercices techniques sur la gestuelle (une ou deux gestuelles traditionnelles simples)
- Jeux interactifs de déplacement dans l'espace et le rythme
- Travail chorégraphique (apprentissage d'un enchaînement)
- Travail sur les expressions du visage et la théâtralité
- Etirements et temps de relaxation

Programme pédagogique de la formation

Jour 1 : Présentation de la Maître de stage et du contenu, discussion collective autour des expériences des stagiaires et de leurs attentes. Découverte du style Bollywood et de ses pas de base (typing)

Jour 2 : Introduction aux différentes gestuelles de ce style, travail sur l'occupation de l'espace. Apprentissage progressif de l'enchaînement chorégraphique sur une musique Bollywood

Jour 3 : Travail sur l'expressivité théâtrale et sur le mime en s'appuyant sur les scènes musicales de films indiens et continuité du travail de transmission chorégraphique

Jour 4 : Travail sur le rythme, le dynamisme des pas et les sauts, finalisation de la chorégraphie

Jour 5 : Interprétation collective de la chorégraphie avec différentes consignes (travail sur les émotions, accents corporels...). Mise en place de jeux corporels et théâtraux sur des musiques Bollywood emblématiques. Bilan du stage et échanges avec les stagiaires.

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 – débutant, intermédiaire, avancé, professionnel

Ce stage s'adresse à tous·tes, sans prérequis, des personnes débutant·es aux personnes plus aguerries. La transmission des techniques se fera en prenant en compte les potentialités de chacun·e. 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

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

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

Horaires de la formation

De 9:30 à 11:00

Durée de la formation

5 jours, 7h30 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 25

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. Les stages se déroulent pieds nus. Si vous le souhaitez, prévoyez des chaussettes pour protéger vos pieds.

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 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 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 & AXES PEDAGOGIQUES

Danses et rythmes populaires du Rajasthan Avec Maria Robin

Présentation du Stage

Au Rajasthan, la danse et le rythme ont façonné la musique et les imaginaires, si bien qu'elles font partie de toutes les célébrations, culturelles comme profanes, des plus sacrées aux plus satiriques.

Ouvert aux danseuses et danseurs de niveaux intermédiaire, avancé et professionnel, ce stage propose un travail chorégraphique sur des musiques populaires du Rajasthan, visant à développer votre sens du rythme et de l'écoute. En dialogue avec le percussionniste Rajasthani Ilyas Raphaël Khan (tablas, kartal, beatbox), vous explorerez la fluidité, la musicalité, et les techniques des danses ghoomar, kalbeliya et sufi-rajasthani, en insistant sur les différentes techniques de tournoiement (tours ghoomar, tours penchés kalbeliya, tours soufis).

Maître de Stage

Maria Robin, imprégnée dès son enfance par les rythmes et les chants traditionnels du Rajasthan (région désertique du nord-ouest de l'Inde), se forme à la danse kalbeliya, depuis près de vingt ans avec la célèbre danseuse gitane Gulabi Sapera. En parallèle, elle apprend également les chants traditionnels rajasthanis auprès des femmes de la communauté gitane de Jaipur. Maria chante et danse sur scène depuis de nombreuses années avec son père musicien, Titi Robin, compagnon de longue date du festival – en 2003, il a partagé avec Gulabi Sapera la scène du Théâtre Antique, qui l'a également accueilli en 1998, 2007, 2010 et 2015. Sur scène, en tant que danseuse, elle improvise ses mouvements en dialogue avec les musiciens et puise dans le vocabulaire esthétique de la danse indienne kalbeliya aussi bien que dans ceux empruntés aux danses bollywood, orientales et gitanes... Maria Robin enseigne la danse kalbeliya à Marseille et anime des stages en France et à l'étranger.

Objectifs pédagogiques

- Découvrir et savoir reconnaître plusieurs rythmes populaires rajasthani
- Acquérir les pas de base des danses kalbeliya, ghoomar et sufi-rajasthani
- Assimiler des gestuelles traditionnelles indiennes, techniques de tours spécifiques (tours penchés)
- Développer l'écoute musicale en présence d'un musicien percussionniste
- Savoir réaliser un enchaînement chorégraphique de plusieurs minutes
- Être capable de danser simplement de manière spontanée et naturelle

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

- Chanter quelques phrases rythmiques de base
- Maîtriser un enchaînement chorégraphique et rythmique

- Reconnaître les "breaks" et marquages rythmiques "tehai" habituels de la musique indienne

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 Maria Robin se fera par la transmission de contenus culturels, d'écoutes musicales, d'échanges avec le percussionniste et de danse. L'apprentissage se fera d'abord par mimétisme dans un cercle de transmission puis par des exercices techniques détaillant la gestuelle avant d'être appliquée dans un enchaînement chorégraphique durant la semaine.

Contenu type d'une journée de stage

- Échauffement global du corps en insistant sur les articulations articulations
- Cercle de transmission direct
- Exercices techniques (pas de base, travail du bassin, port de bras, mains et gestuelles)
- Jeux rythmiques et écoute musicale
- Répétitions orales des phrases rythmiques
- Interprétation du rythme et musicalité dans la danse
- Cercle de transmission directe final
- Série d'étirement et relaxation

Progression pédagogique de la formation

Jour 1 : Travail des rythmes de base, tours, pas de base et découverte des percussions jouées par Ilyas (tablas, kartal, beatbox)

Jour 2 : Travail de la gestuelle et des tours et apprentissage du rythme de la danse ghoomar. Début d'apprentissage d'un enchaînement chorégraphique

Jour 3 : Révisions et apprentissage du rythme kalbeliya , jeux rythmiques et travail sur les breaks et marquages. Poursuite de l'apprentissage de la chorégraphie

Jour 4 : Travail d'improvisation et de dialogue corporel avec le musicien. Finalisation de la chorégraphie

Jour 5 : Travail d'improvisation. Répétition de la chorégraphie. Jeux d'improvisations et d'interprétations. Préparation de la restitution. Séance de bilan collectif à remettre au bénévole du stage

Modalités d'évaluation de la formation

Pendant la formation :

- Séance collective de bilan 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

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

Pour ce stage, cela se traduit par le fait d'avoir une pratique régulière d'une danse, quelle qu'elle soit. 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
Présence d'un musicien accompagnateur

Dates de la formation

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

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

Horaires de la formation

De 11:30 à 13:30

Durée de la formation

5 jours, 10h00 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 25

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. Les stages se déroulent pieds nus. Si vous le souhaitez, prévoyez des chaussettes pour protéger vos pieds. Il est conseillé d'amener une jupe ample pour travailler les tours ainsi qu'un legging.

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 ou au 04.90.96.06.27. Nous discuterons des solutions envisageables ensemble.

Conditions tarifaires

Tarif réduit* : 130€

Plein tarif : 160€

Formation professionnelle : 260€

**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

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

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 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.