

PROGRAMME DE FORMATION

Gaga danse & atelier chorégraphique

avec Delphine Jungman

Présentation du stage

Développé par le chorégraphe Ohad Naharin, le Gaga est un langage corporel multisensoriel unique, qui invite à se reconnecter à soi et à libérer ses mouvements. Danseuse et chorégraphe certifiée Gaga Teacher, Delphine Jungman vous initie à cette méthode de recherche du mouvement, avant de vous guider dans une pratique d'improvisation.

Par une écoute profonde du corps et de ses sensations, le Gaga offre un cadre créatif qui engage l'imagination, réveille les zones engourdies, améliore la souplesse et relie les moments d'effort à la notion de plaisir. Il n'y a rien à apprendre par cœur, juste à se laisser surprendre par l'exploration de vos mouvements.

Après cet échauffement inspirant, la chorégraphe vous invite à découvrir la composition instantanée, à travers des règles du jeu qui permettent de créer ensemble en conjuguant la sensibilité de chacun·e, l'écoute et l'intelligence collective !

Ce stage est ouvert à toute personne de 16 ans minimum capable de danser après un échauffement Gaga danse d'une heure.

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 du week-end

- Découvrir ou pratiquer le langage Gaga 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 de la chorégraphe
- Créer et interpréter une courte forme chorégraphique en groupe
- Pratiquer l'improvisation dansée

À la fin de la formation, les stagiaires peuvent être évalué·es sur leur capacité à :

- Utiliser les outils d'improvisation de Delphine Jungman
- Interpréter de façon active des improvisations guidées
- Etre capable d'improviser dans une composition instantanée

Méthode pédagogique

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 se fera par l'utilisation du langage Gaga danse, 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 d'outils chorégraphiques, à travers des démonstrations et des exercices individuels et collectifs.

Contenu type d'une journée de stage

- Échauffement Gaga d'une heure
- Temps de questions collectives et/ou individuelles
- Atelier de création : transmission de matériel chorégraphique et 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 par la maître de stage
- Grille d'auto-évaluation par chaque stagiaire (en ligne)

Après la formation :

- Questionnaire de satisfaction à destination des stagiaires (en ligne)
- Bilan des maîtres de stage sur l'organisation générale SUDS (par mail)

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, les participant·es doit avoir au moins 16 ans et être capable de danser après un échauffement Gaga 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.

Dates de la formation

Samedi 6 et dimanche 7 février 2027

Horaires

14h – 17h

Durée de formation
2 jours, 6h de formation

Délai d'accès à l'inscription
Les inscriptions aux formations sont ouvertes 2 mois avant le démarrage de celles-ci. Le délai d'accès est donc compris entre 1 jour et 2 mois.

Public
Nombre de participant·es limité à 20 personnes

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

Conseils pratiques
Il est conseillé de porter des vêtements amples et d'apporter une serviette et une gourde pour s'hydrater.

Moyens techniques
Salle utilisée uniquement pour la formation
Enceinte Bluetooth

Accessibilité
Nos formations sont ouvertes aux personnes en situation de handicap et différents aménagements peuvent être envisagés. Merci de prendre contact avec l'équipe des Suds en amont de votre inscription.

Conditions tarifaires
Tarif unique : 70€

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…) Si besoin de renseignements, nous vous invitons à nous contacter : p.lecocq@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 de chaque stagiaire. Une grille d'auto-évaluation et un questionnaire en ligne seront envoyés à la fin de la formation.