

2014-2015

# ATOUT PIOL

## EXPRESSION - DANSE AFRICAINE MÉTISSEE- RYTHME



Début des cours  
semaine du 22 septembre

### Cours hebdomadaires

#### Avec Chantal Tichané

**DANSE AFRICAINE pour tous**  
**« Simplement danse »**  
**DANSE AFRO HIP HOP enfants**

**Lundi 19h - 20h30 « Simplement danse »**  
Adultes - Ados à partir de 14 ans - Tout niveau  
1h de danse et 30 mn d'assouplissements  
**Mercredi 17h -18h Afro hip hop ( horaires à confirmer )**  
Enfants 6 - 10 ans Débutants et initiés  
**Mercredi 18h30 - 19h30 « Simplement danse »**  
Adultes - Enfants à partir de 11 ans  
Tout niveau - Tendance débutants

*« Vous avez envie ou besoin d'entretien physique, , vous aimez danser, ou vous n'osez pas. Je vous propose un cours de "danse « simplifiée" pour vous tonifier, vous assouplir, vous défouler, vous détendre en vous faisant plaisir!  
Echauffement en jouant, prise de conscience de votre corps, par des pas de danse expressifs et imagés sans la contrainte d'apprentissage chorégraphique!  
Débutants orientez-vous de préférence le mercredi! »*



#### Avec Ise Verstegen

**DANSE AFRICAINE CHORÉGRAPHIÉE**  
**DANSE AFRO HIP HOP enfants**

**Mardi 18h30 - 19h30 Afro hip hop**  
Enfants 9 - 14 ans Initiés et avancés  
**Mardi 20h - 21h30 Danse chorégraphiée**  
Adultes - Ados à partir de 14 ans - initiés et avancés

*Vous êtes initié(e) en danse ou vous avez déjà pratiqué la danse africaine traditionnelle et vous cherchez une autre façon de danser africain.  
Ise vous propose une danse africaine métissée régie par la méthode "Germaine Acogny " danse afro-contemporaine.  
Accompagnée par Laye Serrere à la percussion "sabar" (Sénégal) elle vous entraîne dans sa gestuelle aussi souple que tonique, avec une telle vitalité et plaisir de partager!*

#### RYTHMES et PERCUSSIONS

**Mardi 18h30 - 19h30**

*Approche et pratique de différentes percussions d'Afrique de l'Ouest .*



#### Avec Laye Gaiende

#### RELAXATION RÉ-CRÉATIVE ET INTERACTIVE

#### Avec Caroline FLAN

**Jeudi 20 h - 21h30**



*Technique de relaxation se pratiquant habillé, au sol, basée sur des mouvements doux de lâcher-prise, mobilisations et étirements, en apesanteur et en accord avec la respiration. Elle permet une prise de conscience du corps physique et une détente profonde.  
Cet atelier est collectif et interactif, organisé autour d'une initiation et d'une pratique à deux.L'atelier commence par des exercices d'échauffement et de confiance, ainsi qu'un travail sur le transfert du poids du corps. Vient ensuite le travail d'apprentissage des gestes, lesquels sont simples, s'adaptent à tous et permettent la créativité de chacun.  
L'approche est ludique, dans la bonne humeur et le respect de chacun.*



# ATELIERS – STAGES

**Avec Chantal Tichané**

**Stage de rentrée 2014-2015**

**ATELIERS PETITE ENFANCE**

**Danse africaine Adultes et ados à partir de 14 ans**  
**Jeudi 18 septembre 19h30 – 21 h**  
**Relaxation de 21h à 22h Avec Caroline Flan**

Un cycle de 9 ateliers  
Un dimanche par mois

**Séjour jeunes—été -JEU DANSE**  
**Stage vacances 1 semaine**  
**Danse afro hip hop - Rythmes**  
**Ateliers multi thèmes**

**Expression africaine - 4 - 6ans 16h-16H45**  
**Danse enfants parents 17h 18h**  
*Enfant(s) de 18 mois à 3 ans avec son ou ses parents ,  
avec 1 ou 2 adultes référents .*

Enfants 7 – 13 ans  
Du 23 au 28 août 2015

**Dimanche 19 octobre et 23 novembre 2014**  
**Dimanche 14 décembre 2014**  
**Dimanche 18 janvier et 8 février 2015**  
**Dimanche 8 mars et 26 avril 2015**  
**Dimanche 10 mai et 14 juin 2015**

**Prestations extérieures - Séjours résidentiels dans notre structure**



## DANSE POUR TOUS

Ecoles, crèches, relais assistantes maternelles, médiathèques, centres de loisirs , institutions spécialisées, publics à particularités....

Atout Piol propose des activités auprès de groupes d'enfants et d'adolescents. Parce que chaque association, chaque établissement, chaque structure sociale est particulière, nous proposons des projets singuliers : ateliers d'expression, collaboration à l'organisation d'événements ou venue régulière sur la programmation de l'année, les possibilités sont nombreuses. ..

## FORMATION

Transfert de savoir faire auprès des professionnels de la petite enfance et de l'éducation spécialisée. « Expression du corps dans le développement de la personne »

## ANIMATIONS

Manifestations associatives ou fêtes privées  
« Faire danser vos invités » animation -stage  
« Danser pour vos invités » spectacle

Dans le Tarn  
81600 CADALEN  
05 63 33 03 98

atout.piol@orange.fr  
www.atoutpiol.fr