

Découverte de la danse flamenco avec Cécile Apsâra



Mardi 28 au vendredi 31 août 2012
19h à 20h30

Salle socioculturelle
Saint-Brieuc de MAURON (56)

**Stage organisé par l'Office Socio-Culturel de la C.C de Mauron
et encadré par Apsâra Flamenco**

Descriptif du stage

L'objectif premier de cette découverte est l'acquisition des bases essentielles à la compréhension et la pratique de l'art flamenco.

Ce sera l'occasion de relier ce travail à la représentation du spectacle 4X3=FLAMENCO à Mauron en avril 2013, par l'exposition des différents styles représentés : *guajira*, *siguiriya*, *alegria*, *taranto*, *soleá*, et par l'étude des résonances sur le mouvement des quatre éléments : Air, Feu, Eau, Terre.

Cécile Apsâra transmet avec passion et justesse l'expression d'un savoir appris tout au long d'une expérience. Sa pédagogie emprunte à d'autres disciplines (aïkido, méthode Feldenkrais, yoga) des techniques de respiration, d'étirements et de placements, appropriés à la prise de conscience du corps et de ses mouvements. De plus, elle développe l'oreille musicale et le sens du rythme par des exercices d'écoute et de pratique de la percussion et du chant. Enfin, elle se sert de son savoir-faire en théâtre pour développer l'interprétation et la recherche de sens.

Un des buts de son enseignement est de mettre en œuvre ces acquis, par le plaisir de la danse et de l'improvisation au sein de rencontres festives.

Cécile Apsâra

Fondatrice d'Apsâra Flamenco, elle a formé des musiciens et danseuses amateurs et professionnels et a fidélisé un nouveau public sur le territoire breton. Artiste polyvalente, elle est chorégraphe, danseuse et enseignante. Résidant à Madrid, puis à Séville, Cécile Apsâra doit la maîtrise de son art aux dix ans qu'elle a passés en Espagne. C'est auprès des plus grands maîtres de la tradition qu'elle a étudié la danse flamenco : *Ciro*, *Angel Torres*, *Farruco*, *Juana Amaya*, *Manolo Marin*, *Angelita Vargas*, *La Tati*, *Manuel Soler*... Membre de plusieurs compagnies dont celle d'Antonio Gades, elle crée ses propres spectacles alliant tradition et modernité.

Contenus pédagogiques

- Etudes des différents rythmes
- Palmas (claquement des mains)
- Indépendance des pieds et des mains (coordination sensori-motrice)
- Travail d'écoute
- Placement du corps, positions, poids du corps, directions
- Mouvement des bras et des mains
- Technique du zapateado, exercices, "escobillas" (phrases musicales avec les claquements de pieds)
- Exécution des tours, exercices
- Mise en place de chorégraphies
- Improvisation

Mode d'emploi

Jours : du mardi 28 au vendredi 31 août 2012

Lieu : salle socioculturelle de **SAINT-BRIEUC DE MAURON** (56)

Horaires : de 19h00 à 20h30

Coût : 40 € pour les 4 jours de stage (**6h de pratique**)

Stagiaires : adultes (à partir de 16 ans) – stage limité à 25 participants

Tenue conseillée : Tenue confortable. Les femmes peuvent apporter une jupe large et longue. Les chaussures doivent être confortables, en cuir ou autre matière, avec un talon ni trop fin ni trop haut (pas de gomme style baskets).

**Pour participer au stage, il vous suffit de nous renvoyer le bulletin d'inscription, accompagné du règlement, avant le 20 juillet :
Office Socio-Culturel – Rue de la Libération – 56430 Mauron**

Pour plus de renseignements, contactez l'Office Socio-Culturel :
02 97 22 76 95 / 06 03 17 53 28 / ocmauron@wanadoo.fr

Bulletin d'inscription – Découverte de la danse flamenco

RENSEIGNEMENTS :

Nom et Prénom : _____

Age : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____ Portable : _____

Mail : _____

Ci-joint la somme de 40 € en règlement du stage

Chèques Espèces Chèque-Vacances
(les chèques seront encaissés à la fin du stage)

A _____

Le _____

Signature :