



## PROGRAMME DE FORMATION

### Danses du Mali Avec Saly Danse

#### Présentation du Stage

Laissez jaillir votre énergie et expérimentez la joie de danser ensemble, au rythme des percussions d'Afrique de l'Ouest ! Au Mali, il existe une multitude de danses traditionnelles, avec des spécificités propres à chaque région et à chaque ethnie : Soninké, Wassolonké et Bamananké. Partie intégrante de la vie quotidienne et des cérémonies du pays, elles sont réputées pour leur grâce générale et leur exigence particulière sur le plan du répertoire rythmiques. Ce stage de niveaux intermédiaire et avancé vous propose d'approfondir votre pratique corporelle, par l'apprentissage de chorégraphies qui engagent la précision du langage corporel, la vitesse adéquate et le placement rythmique en lien avec la musique. Au son des percussions, musicien·nes et danseur·ses s'approprient et s'inspirent mutuellement... dans une ambiance joyeuse et festive !

**Le + SUDS** : Stage accompagné aux percussions par Mohamed Camara et Matthieu Lamarche.

#### Maître de Stage

D'origine sénégalaise, Saly danse depuis son plus jeune âge et façonne son expérience dans les ballets africains et cérémonies traditionnelles ainsi que lors de ses voyages à travers le monde. Spécialistes des danses d'Afrique de l'Ouest (Mali, Sénégal, Guinée), le coupé-décagé, l'afro contemporain et la dundun danse font aussi partie des pratiques qu'elle exerce avec talent. Dans un esprit d'authenticité et de partage, avec une joyeuse et incroyable énergie, elle compose un vocabulaire corporel typique, et crée de riches et dynamiques chorégraphies. Dans l'Hérault, elle a fondé l'association Afrikanté et dirige le centre Salydanse. Sa pédagogie est basée sur l'écoute musicale, la compréhension des rythmes et la précision des mouvements. Attentive aux liens entre danseurs et musiciens, elle offre à chacun la possibilité de s'exprimer confortablement, et d'atteindre le lâcher-prise en groupe ou individuellement.

#### Objectifs pédagogiques

- Découvrir les danses traditionnelles du Mali de différentes ethnies : Soninké, Wassolonké et Bamananké
- Développer l'écoute musicale et la précision des rythmes
- Travailler la précision des mouvements
- Comprendre les liens entre danseurs et musicien·nes

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

- Connaître les pas de bases des danses traditionnelles maliennes et leurs significations
- Savoir identifier les rythmes principaux de ce répertoire
- Maîtriser deux chorégraphies de manière précise
- Utiliser les techniques acquises dans un travail d'improvisation
- Réaliser des appels rythmiques en présence des musiciens

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

## 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. La méthode de Saly Danse se base sur l'écoute musicale, la compréhension des rythmes et la précision des mouvements. Elle alternera des temps d'écoute et d'improvisation et guidera les stagiaires vers un lâcher prise, en groupe ou individuel, comme cela se passe traditionnellement en Afrique, sans aucun jugement.

## Contenu type d'une journée de stage

- Echauffement au sol et en mouvement
- Première approche spontanée des mouvements chorégraphiques
- Explication du rythme, écoute des musiciens et sensibilisation à l'appel de transition
- Explication détaillée et sans musique d'une partie de la chorégraphie puis pratique collective en musique
- Apprentissage des autres parties de la chorégraphie avec reprises des précédentes
- Phase de répétition collective et intensive
- Pratique en duo, en solo en autonomie pour valider les acquis
- Improvisation lâcher prise avec les musicien·nes
- Etirement au sol

## Modalités d'évaluation de la formation

### Pendant la formation :

- Séance de bilan collective 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

Ce stage est ouvert aux personnes ayant déjà une pratique régulière de la danse. 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 restitution publique est prévue le samedi 13 juillet*

## Horaires de la formation

De 14:00 à 16:00

## Durée de la formation

5 jours, 10h de formation

## Lieu de la formation

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

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. Il est conseillé aux stagiaires de porter une tenue souple et légère, de privilégier les tenues de sport et vêtements fluides. Nous vous conseillons également de venir avec un tapis de sol type tapis de yogas pour les moments d'échauffements et d'étirements.

## 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\* : 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

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

### Dundun Danse Avec Saly Danse

#### Présentation du Stage

Laissez jaillir votre énergie et expérimentez la joie de danser ensemble, au rythme des percussions d'Afrique de l'Ouest ! La Dundun Danse accompagne les rites de passage pratiqués lors de cérémonies à travers divers pays d'Afrique Subsaharienne. S'il existe des spécificités propres à chaque culture, la caractéristique principale de cette danse très dynamique repose sur le rôle de chaque participant-e, à la fois danseur-se et musicien-ne. La partie rythmique se joue avec une batte en bois sur un Dundun, tambour en bois cylindrique à deux peaux lacées. Jouer des percussions avec une intention corporelle, danser en s'accompagnant rythmiquement au tambour et au chant : c'est l'expérience qui est proposée lors de ce stage ouvert à toutes et tous. Dans une ambiance joyeuse et festive... Vous interpréterez une chorégraphie percussive !

**Le + SUDS** : Les instruments sont mis à disposition durant ce stage accompagné aux percussions par Mohamed Camara et Matthieu Lamarche.

#### Maître de Stage

D'origine sénégalaise, Saly danse depuis son plus jeune âge et façonne son expérience dans les ballets africains et cérémonies traditionnelles ainsi que lors de ses voyages à travers le monde. Spécialistes des danses d'Afrique de l'Ouest (Mali, Sénégal, Guinée), le coupé-décaté, l'afro contemporain et la dundun danse font aussi partie des pratiques qu'elle exerce avec talent. Dans un esprit d'authenticité et de partage, avec une joyeuse et incroyable énergie, elle compose un vocabulaire corporel typique, et crée de riches et dynamiques chorégraphies. Dans l'Hérault, elle a fondé l'association Afrikanté et dirige le centre Salydanse. Sa pédagogie est basée sur l'écoute musicale, la compréhension des rythmes et la précision des mouvements. Attentive aux liens entre danseurs et musiciens, elle offre à chacun la possibilité de s'exprimer confortablement, et d'atteindre le lâcher-prise en groupe ou individuellement.

#### Objectifs pédagogiques

- Découvrir un art et une culture africaine traditionnelle de manière ludique
- Danser en s'accompagnant rythmiquement au tambour et au chant
- Développer l'écoute musicale et la précision des rythmes
- Travailler la précision des mouvements
- Comprendre les liens entre danseurs et musicien-nes

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

- Etre capable de danser et de s'accompagner rythmiquement aux tambours
- Savoir identifier les rythmes principaux de ce répertoire
- Maîtriser deux chorégraphies de manière précise
- Réaliser des appels rythmiques en présence des musiciens

## 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 Saly Danse se fera grâce à l'apport de ses connaissances, une écoute sonore des morceaux, des démonstrations ainsi que par la pratique d'exercices individuels puis collectifs. L'apprentissage se fera par la répétition et la décomposition du rythme de base, des pas et des mouvements d'une chorégraphie.

## Contenu type d'une journée de stage

- Echauffement corporel au sol et en mouvement
- Travail de la bonne posture pour tenir les baguettes et jouer correctement
- Première approche spontanée des mouvements chorégraphiques
- Explication théorique des rythmes, écoute musicale et sensibilisation à l'appel de transition
- Explication détaillée et sans musique d'une partie de la chorégraphie puis pratique collective en musique
- Apprentissage des autres parties de la chorégraphie avec reprises des précédentes
- Phase de répétition collective et intensive
- Pratique en deux groupes séparés
- Enchaînement de tous les éléments abordés
- Etirement au sol
- Appréciation / retours

## Modalités d'évaluation de la formation

### Pendant la formation :

- Séance de bilan collective 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

Ce stage est ouvert à tous.tes sans aucun prérequis. 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

Mise à disposition de 25 doums par l'association Afrikanté

## Dates de la formation

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

*Une restitution publique est prévue le samedi 13 juillet*

## Horaires de la formation

De 16:30 à 18:00

## Durée de la formation

5 jours, 7h30 de formation

## Lieu de la formation

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

Licence L-R-19-587 – APE 9329Z – Siret n°40467770000027

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

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. Il est conseillé aux stagiaires de porter une tenue souple et légère, de privilégier les tenues de sport et vêtements fluides. Nous vous conseillons également de venir avec un tapis de sol type tapis de yogas pour les moments d'échauffements et d'étirements

## 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\* : 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.

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