



PROGRAMME DE FORMATION

Danse orientale égyptienne Shaabi, Baladi, Sharqi Avec Anne Benveniste

Présentation du Stage

La danse égyptienne célèbre la puissance féminine à travers une large palette d'émotions. Loin des clichés habituels, ce stage vous propose d'en aborder les spécificités, par une approche authentique et globale des divers styles qui la composent : *shaabi* (traditionnel et rural), *baladi* (populaire et urbain), *sharqi* (classique et lyrique). La première partie (1h30) est ouverte à toutes et tous quel que soit votre niveau de pratique de la danse. Après un temps d'échauffement de 30 minutes, la sensibilisation à l'espace, au rythme, et l'apprentissage ou la révision des techniques de base : mouvement du bassin, marches, appuis, accents, huit, spirales, vibrations, vous permettront de maîtriser un enchaînement chorégraphique en musique. L'accent sera mis sur le placement, la tenue et la souplesse corporelle.

Maître de Stage

Issue d'une famille d'origine égyptienne, Anne Benveniste est diplômée de l'école de Raqs Sharqi à Londres. Elle approfondit sa pratique de la danse orientale auprès du chorégraphe Hassan Bengharbia, se forme aux *saggats* et aux rythmes égyptiens avec Abdel Hakim Nasr et obtient un master d'arabe littéral. La danse, la musique et la langue arabe nourrissent ainsi en harmonie son inspiration et son enseignement. La pratique de la scène, au fil de nombreux spectacles, forge sa personnalité et son écriture chorégraphique. S'inspirant de la danse égyptienne sans en figer la forme, elle puise dans le mouvement oriental pour nourrir sa créativité. Sa danse est incarnée, naturelle et organique. Dotée d'un véritable goût pour la transmission, elle partage sa passion par le biais de la pédagogie au sein de l'association Ocréambre à Paris. L'exigence technique de son enseignement est le passage privilégié pour aborder les subtilités de la musique et être au plus près des émotions qu'elle exprime.

Objectifs pédagogiques

- Connaître le vocabulaire de base de la danse orientale
- Découvrir les styles *shaabi*, *baladi* et *sharqi*
- Développer l'écoute musicale en s'initiant à la musique orientale
- Comprendre la notion des appuis nécessaires aux mouvements de base
- Prendre conscience par la danse de la puissance du bassin
- Être capable de se déplacer et de se diriger dans l'espace

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

- Maîtriser un enchaînement chorégraphique en musique
- Connaître le vocabulaire de base de la danse orientale : les accents, les huit, les spirales, les vibrations
- Dissocier différentes parties du corps en respectant une unité

Méthodes pédagogiques

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

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 Anne Benveniste se fera par des démonstrations et explications imagées à l'oral. L'apprentissage passera par l'imprégnation de la musique et par des exercices individuels et collectifs en cercle ou au travers de déplacements.

Contenu type d'une journée de stage

- Préparation corporelle au sol
- Travail sur les déplacements en diagonale pour intégrer la technique et répéter les mouvements
- Disposition du groupe en cercle pour pouvoir s'observer, danser ensemble et utiliser l'espace différemment
- Travail en petits groupes
- Travail individuel et retours individuels

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 - aucun prérequis

Pour ce stage, cela se traduit par le fait d'avoir au minimum 16 ans. 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 présentation publique aura lieu en fin de semaine le samedi 13 juillet

Horaires de la formation

De 10:00 à 11:30

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 35

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

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

tout ce qui permettra votre confort. Il est conseillé aux stagiaires de porter une tenue confortable pour l'échauffement et de prévoir un tissu ou tapis pour les étirements au sol. Pour la danse, il est conseillé d'amener une jupe longue ou un sarouel, ainsi qu'un foulard de hanches non bruyant.

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

Danse orientale égyptienne Approfondissement et Interprétation Avec Anne Benveniste

Présentation du Stage

Ouverte aux stagiaires de niveaux intermédiaire, avancé et professionnel, ayant préalablement suivi la première partie du stage, cette seconde partie (1h30) vise l'interprétation d'une pièce de musique : comprendre comment s'articule une structure musicale, reconnaître les différentes séquences, savoir distinguer les principaux rythmes égyptiens et les instruments caractéristiques de chaque style, appréhender l'énergie du morceau et le rapport chant/instrumentation.

Vous reviendrez sur les points techniques abordés en première partie pour mieux les maîtriser, suivre la musique et vous approprier l'espace en toute liberté et développer votre maîtrise de l'utilisation du voile. L'improvisation guidée avec des consignes précises, vous offrira alors un cadre rassurant pour développer votre propre expression, une danse où la connexion aux autres est source de joie et de créativité.

Maître de Stage

Issue d'une famille d'origine égyptienne, Anne Benveniste est diplômée de l'école de Raqs Sharqi à Londres. Elle approfondit sa pratique de la danse orientale auprès du chorégraphe Hassan Bengharbia, se forme aux saggats et aux rythmes égyptiens avec Abdel Hakim Nasr et obtient un master d'arabe littéral. La danse, la musique et la langue arabe nourrissent ainsi en harmonie son inspiration et son enseignement. La pratique de la scène, au fil de nombreux spectacles, forge sa personnalité et son écriture chorégraphique. S'inspirant de la danse égyptienne sans en figer la forme, elle puise dans le mouvement oriental pour nourrir sa créativité. Sa danse est incarnée, naturelle et organique. Dotée d'un véritable goût pour la transmission, elle partage sa passion par le biais de la pédagogie au sein de l'association Ocréambre à Paris. L'exigence technique de son enseignement est le passage privilégié pour aborder les subtilités de la musique et être au plus près des émotions qu'elle exprime.

Objectifs pédagogiques

- Approfondir la technique de base de la danse orientale
- Avoir une bonne connaissance des principaux rythmes
- Être capable d'improviser et de jouer avec les contrastes (mouvements fluides/mouvements accentués, impulsions, arrêts)

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

- Maîtriser l'utilisation du voile
- Être capable d'improviser, en solo et à l'intérieur du groupe
- Pouvoir différencier les trois styles de musique et de danse selon les instruments et l'énergie des morceaux

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 Anne Benveniste se fera par des démonstrations et explications imagées à l'oral. L'apprentissage passera par l'imprégnation de la musique et par des exercices individuels et collectifs en cercle ou au travers de déplacements.

Contenu type d'une journée de stage

- Échauffement
- Préparation corporelle au sol
- Travail de déplacements en diagonale pour intégrer la technique et les mouvements
- Poursuite des exercices en cercle pour s'observer, danser ensemble et utiliser l'espace différemment
- Exercices en petits groupes
- Travail individuel et retours individuels

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 :

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, cela se traduit par le fait d'avoir déjà pratiqué la danse orientale ou une autre danse depuis 2 ou 3 ans. 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 présentation publique aura lieu en fin de semaine le samedi 13 juillet

Horaires de la formation

De 10:00 à 13:00

Durée de la formation

5 jours, 15h 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 15

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 confortable pour l'échauffement et de prévoir un tissu ou tapis pour les étirements au sol. Pour la danse, il est conseillé d'amener une jupe longue ou un sarouel, ainsi qu'un foulard de hanches non bruyant et un voile léger (en soie de préférence d'environ 2m30 X 1m10). Des voiles seront prêtés aux stagiaires qui n'en n'ont pas.

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* : 90€

Plein tarif : 220€

Formation professionnelle : 320€

**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.