



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class 'Se lâcher pour mieux se (re)trouver'

5, 6, 7 octobre 2018

dirigées par Jean Sébastien RAMPAZZI  
& Virginie BOURNAUD

Cette 10<sup>ème</sup> saison de Master Class est placée sous le signe du rythme et de la détente. Tout au long de l'année nous consacrerons dans tous les cours un peu de temps et beaucoup d'attention pour cultiver le rythme dans une vraie détente corporelle. Nous espérons ainsi trouver un accord juste dans l'improvisation avec notre partenaire, dans le respect du groupe, dans l'espace et les appuis donnés par la musique.

**NB : le nombre de participants admis par cours est limité à 18 couples. Afin de garantir votre participation, il est impératif de vous inscrire au préalable, en écrivant à [jsrampazzi@free.fr](mailto:jsrampazzi@free.fr) ou en téléphonant au +33 (0)6 61 29 65 37.**

**Pour recevoir personnellement le programme merci de nous écrire à [jsrampazzi@free.fr](mailto:jsrampazzi@free.fr)**

**L'accès au cours ne sera possible que dans la limite des places disponibles.**

## Vendredi 5 octobre

20h -22h30 / Atelier Transversal

**Variations et explorations autour du Ocho cortado sur des tangos, vals et milongas.**

*Niveaux intermédiaire à avancé - durée 2h30 !!!*

**Dans l'Atelier Transversal, nous vous proposons de nous retrouver 2h30 en studio, tous les mois, pour un brain/body storming autour d'un thème spécifique en rapport avec le tango argentin. Il s'agit d'un véritable lieu d'ouverture, de recherche, d'échange de points de vue et de partage.**

→ Séquence de bal par excellence, l'incontournable ocho cortado est d'une richesse incomparable et parfaitement adapté au jeux rythmiques qu'offrent la milonga, la valse et le tango!

Nous reprendrons ensemble sa structure et, une fois les bases bien posées, nous verrons quelques unes des formes, classiques ou moins courantes, qu'il peut prendre, suivant l'espace dont on dispose et le rythme. Nous utiliserons entre autres des soltadas, colgadas et volcadas pour ouvrir de nouveaux espaces chorégraphiques et rythmiques.

samedi 6 et dimanche 7 octobre →



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class 'Se lâcher pour mieux se (re)trouver'

5, 6, 7 octobre 2018

## Samedi 6 octobre 4 cours collectifs

### 14h -15h20 / Les Indispensables du tango

#### **Ganchos (et soltada).**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

→ Au bal, le tango peut être considéré comme une danse pudique et intérieure, et pour cette raison au moins, le gancho occupe une place unique :

Il incarne un signe extérieur de virtuosité, mais avant tout, alors que toute la danse se développe dans une grande proximité et de vrais contacts au niveau de la poitrine (enlacement par les bras), rien ne permet vraiment aux jambes d'être en contact.

Rien, sauf les ganchos!

Nous verrons comment les ganchos s'inscrivent dans un mouvement circulaire (fraction d'un tour), et comment développer un véritable équilibre stable pour permettre à la jambe libre de réaliser le gancho.

Nous travaillerons ensuite sur une séquence mêlant un gancho pour le danseur (sur les 3 positions de la danseuse), et 2 des 4 ganchos traditionnels pour la danseuse, et la possibilité de placer une soltada en plein gancho. Aussi ambitieux que fondamental !

### 15h30 -16h50 / La séquence TaVaMi - tango, vals, milonga

#### **Paradas et barridas en cadena et résolution en soltada.**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**Chaque mois nous travaillons sur une séquence avec pour objectif de la danser parfaitement aussi bien sur des tangos que des valse ou des milongas !**

→ Cette approche permet d'intégrer chaque séquence avec beaucoup d'efficacité car les particularités rythmiques des 3 types de musique nous emmènent systématiquement dans 3 approches singulièrement distinctes. De plus, l'utilisation au bal de ladite séquence sera facilitée par cet apprentissage.

À partir d'une simple parada, nous réaliserons un enchaînement de 6 barridas et paradas consécutives, résolu par une soltada aussi fluide qu'inattendue. Nous jouerons constamment sur toutes les possibilités que permettent ces enchaînements : transferts de poids plus ou moins accomplis, barrida rapide ou lente... et aurons à chaque instant la possibilité d'arrêter l'enchaînement, de le poursuivre, ou d'inventer une nouvelle suite.

Cette séquence nous permettra en outre de plonger dans la technique des barridas et de comprendre tous les bienfaits immédiats sur notre technique de marche.

suite samedi 6 octobre →



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class 'Se lâcher pour mieux se (re)trouver'

5, 6, 7 octobre 2018

## Samedi 6 octobre

4 cours collectifs

### 17h00-18h20 Milonga Traspilé et Lisa - bases et séquences spéciales

#### Cunitas y giros spécial milongas rapides.

*Niveaux intermédiaire à avancé*

→ Les cunitas sont des mouvements qui permettent au couple de tourner sur place en se « balançant » d'avant en arrière. Nous alternerons des cunitas à des tours ou morceaux de tour, choisis pour leurs qualités rythmiques, et pourrons ainsi développer tous les aspects du traspilé.

Nous travaillerons sur 2 séquences qui nous permettront, entre autre, de réaliser des tours sur place, sur des milongas rapides de D'Arienzo, avec tout le swing qu'apporte le traspilé !

### 18h30 -20h / Mouvements et Musicalité

#### Sacadas et changements de rôle dans les sacadas combinés aux soltadas - sur des tangos nuevos.

*Niveau avancé*

Chaque mois, nous travaillerons dans ce cours sur l'aspect musical du mouvement et chercherons, par cette nouvelle approche, à dépasser les difficultés techniques que la plupart des mouvements traditionnels ou modernes du tango nous opposent.

→ Tout en passant en revue, une à une, toutes les sacadas possibles pour les danseuses et les danseurs, nous travaillerons sur les techniques de dissociation et torsion qu'elles réclament.

Nous proposerons ensuite quelques enchaînements avec, notamment, des sacadas dites « extrêmes » sans lâcher l'abrazo, et d'autres avec soltadas.



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class 'Se lâcher pour mieux se (re)trouver'

5, 6, 7 octobre 2018

## Dimanche 7 octobre 3 cours collectifs

### 14h -15h20 / Rythmes dans les fondamentaux du tango

#### **Soltadas rythmiques en forme de giro.**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

→ L'une des particularités du tango traditionnel est d'offrir un abrazo stable et permanent. Les soltadas sont tous ces moments où l'on décide de se lâcher, pour tourner sur soi-même sans entraîner son ou sa partenaire, ou plus généralement pour réaliser tout ce qu'il est impossible de faire en maintenant l'abrazo. Nous aborderons 2 séquences de giro avec soltadas, et, tout en nous permettant de développer notre équilibre individuel, d'ouvrir notre espace chorégraphique et de mieux comprendre les finesses de l'abrazo, nous chercherons à nous appuyer sur le rythme pour conserver le meilleur de notre connexion !

### 15h30 -16h50 / Vals

#### **Cadenas spécial Vals avec passages en colgada.**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

→ Après un bref rappel sur les différentes catégories de colgadas, nous apprendrons plusieurs enchaînements qui forment des boucles (cadenas) et permettent un déplacement très fluide, dans lesquels il y aura un passage en colgada.

Cette colgada permettra soit une suspension, soit un changement de dynamique, soit les 2 !

### 17h -18h30 / Improvisation - créativité, liberté et aisance

#### **Mettre en jeu son axe pour servir le couple - variations dynamiques en lignes et en courbes.**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**Chaque mois, dans le dernier cours du week-end, nous chercherons, à l'aide d'exercices spécialement conçus, à développer notre capacité à improviser.**

→ Chaque participant/e utilisera comme base son propre vocabulaire de tango et nous l'amènerons à

- créer de nouveaux pas,
- se sentir plus libre dans le développement improvisé de sa chorégraphie,
- et acquérir plus d'aisance dans la danse qu'il partage avec sa ou son partenaire.



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

## Master Class 'Se lâcher pour mieux se (re)trouver'

5, 6, 7 octobre 2018

### Dimanche 7 octobre 3 cours collectifs

17h -18h30 / Improvisation - créativité, liberté et aisance (suite)

Avec ce dernier volet du week-end, nous chercherons à aller plus loin dans nos capacités à moduler l'engagement physique dans la danse.

Nous chercherons à expérimenter ensemble l'impact positif que peut avoir un certain partage de l'axe allié à un abrazo souple et détendu.

Nous travaillerons tout d'abord sur une séquence en ligne avec des croisés simultanés et des colgadas linéaires, puis nous aborderons les mouvements courbes au moyen d'un giros avec passage en colgada.

Tous les cours se déroulent au club Nrgym, 340 rue des Pyrénées, 75020 Paris  
M° Jourdain (nouveau code : 26879) au fond de la cour, 1<sup>er</sup> étage

→ Si vous ne trouvez pas de partenaire et/ou pour les réservations, contactez Jean Sébastien :  
[jsrampazzi@free.fr](mailto:jsrampazzi@free.fr) ou bien +33 (0)6 61 29 65 37

### Tarifs

par personne pour un même weekend

1 cours ou Atelier Transversal	25 €	Pass weekend complet / l'atelier Transversal et 7 cours collectifs : 150 €
2 cours	48 €	
3 cours	70 €	
4 cours	90 €	
5 cours	108 €	
6 cours	125 €	
7 cours	138 €	

Et notez dès à présent toutes les dates des Master Class à venir pour la saison 2018/2019 :

→ 9, 10, 11 novembre 2018  
→ 7, 8, 9 décembre 2018  
→ 11, 12, 13 janvier 2019  
→ 8, 9, 10 février 2019  
→ 15, 16, 17 mars 2019

→ 12, 13, 14 avril 2019  
→ 10, 11, 12 mai 2019  
→ 7, 8, 9 juin 2019  
→ 5, 6, 7 juillet 2019  
→ 2, 3, 4 août 2019



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class

## le rendez-vous mensuel à Paris

**3 jours, 7 cours, un atelier, pour approfondir ses connaissances, développer sa maîtrise du tango, de la valse et de la milonga, acquérir aisance technique, appuis rythmiques, musicalité du mouvement, écoute mutuelle.**

Ces rendez-vous pédagogiques ont pour objectif que chaque danseuse et danseur développe progressivement sa propre danse en travaillant sur certains éléments techniques indispensables.

→ Nous cherchons ensemble à obtenir plus de conscience et de liberté dans le mouvement, plus de précision rythmique, à acquérir de meilleures connaissances musicales et à renforcer le rôle, homme ou femme, de chacun.

→ Nous mettons en évidence l'importance des appuis dans le sol et de la torsion ou spirale qui en découle naturellement.

→ Nous travaillons sur l'intention du mouvement pour le danseur et sur la finesse d'écoute pour la danseuse, et nous comprenons ensemble comment chacun contribue à équilibrer le couple en mouvement.

→ Dans chaque cours nous abordons un élément de base du tango, de la valse ou de la milonga et nous travaillons autour de cet élément en explorant différentes formes d'abrazo, de posture, de rythme, de dynamique et de musicalité.

A la fin des cours nous proposons un résumé où chaque point important est repris une dernière fois.

**Tous les cours se déroulent au club Nrgym, 340 rue des Pyrénées, 75020 Paris  
M° Jourdain (nouveau code : 26879) au fond de la cour, 1<sup>er</sup> étage**

Chaque week-end est organisé de la façon suivante :

## Les vendredis

**20h - 22h30 / Atelier Transversal**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

## Les samedis

**14h - 15h20 / Les indispensables du tango**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**15h30 - 16h50 / Séquence TaVaMi - tango, vals, milonga**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**17h - 18h20 / Milonga Traspí et Lisa**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**18h30 - 20h / Mouvements et musicalité**

*Niveau avancé*



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class

## le rendez-vous mensuel à Paris

### Les dimanches

**14h - 15h20 / Rythmes dans les fondamentaux du tango**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**15h30 - 16h50 / Vals**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**17h - 18h20 / Improvisation - créativité, liberté, aisance**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

#### Intentions pédagogiques

Les 7 cours et atelier du week-end sont complètement indépendants les uns des autres, mais une certaine continuité pédagogique sera assurée tout au long de chaque week-end.

Lors des soirées *Atelier TRANSVERSAL*, nous vous proposons de nous retrouver 2h30 en studio, tous les mois, pour un brain/body storming autour d'un thème spécifique en rapport avec le tango argentin.

Il s'agit d'un véritable lieu d'ouverture, de recherche, d'échange de points de vue et de partage.

Au début de la soirée, nous présentons le thème de l'atelier : cela peut être un élément chorégraphique (ganchos, saccadas, boleos...), un principe dynamique et postural (volcadas, colgadas, soltadas...), une séquence rythmique, ou encore un ensemble plus large comme la milonga traspie, les 3 temps de la valse...

Chaque participant est ensuite invité à chercher, pratiquer, réagir, développer, créer et partager les découvertes avec tout le groupe !

Nous sommes là pour canaliser le flot des propositions, donner des éléments techniques, répondre aux questions et/ou développer une proposition lorsque cela est nécessaire.

#### → Les indispensables du tango

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Chaque mois nous abordons un élément indispensable à l'élaboration d'une technique de tango complète : giros, sacadas, barridas, ganchos, boleos, volcadas, colgadas, calecitas, cunitas, altérations, soltadas... un tour d'horizon complet tout au long de l'année !

#### → Séquence *TaVaMi* - tango, vals, milonga

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Chaque mois nous travaillons sur une séquence avec pour objectif de la danser parfaitement aussi bien sur des tangos que des valse ou des milongas !

Cette approche permet d'intégrer chaque séquence avec beaucoup d'efficacité car les particularités rythmiques des 3 types de musique nous emmènent systématiquement dans 3 approches singulièrement distinctes. De plus, l'utilisation au bal de ladite séquence sera facilitée par cet apprentissage.



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class

## le rendez-vous mensuel à Paris

### → Milonga Traspie et Lisa

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Tous les aspects de la milonga Traspie sont abordés : transfert du poids, rythmes, jeux, ornementation, connexion, séquences spéciales 100% Traspie !

...et tous ceux de la milonga Lisa aussi : marches rythmiques, ornementation, croisés simultanés, abrazo, séquences spéciales, tours, cortes, rebotes...

### → Mouvements et musicalité

*Niveau avancé*

Chaque mois, nous travaillons dans ce cours sur l'aspect musical du mouvement et cherchons, par cette nouvelle approche, à dépasser les difficultés techniques que la plupart des mouvements traditionnels ou modernes du tango nous opposent.

Nous menons en parallèle un travail musical approfondi - tout en gardant nos objectifs de danseurs, et non de musiciens - sur un morceau de tango.

### → Les rythmes dans les fondamentaux du tango

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Chaque mois, nous travaillons dans ce cours sur l'aspect rythmique du mouvement et cherchons, par cette nouvelle approche, à dépasser les difficultés techniques que la plupart des mouvements fondamentaux du tango nous opposent.

### → Vals

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Des particularités rythmiques à la compréhension musicale, en passant par des séquences spéciales, nous abordons tout ce qu'il faut savoir sur la valse !

### → Improvisation - créativité, liberté, aisance

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Chaque mois, dans le dernier cours du week-end, nous cherchons, à l'aide d'exercices spécialement conçus, à développer notre capacité à improviser.

Chaque participant/e utilisera comme base son propre vocabulaire de tango et nous l'amenons à créer de nouveaux pas, se sentir plus libre dans le développement improvisé de sa chorégraphie, et acquérir plus d'aisance dans la danse qu'il partage avec sa ou son partenaire.





COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class

## le rendez-vous mensuel à Paris

### Tarifs

par personne pour un même weekend

#### Abonnements annuels :

1 cours ou Atelier Transversal	25 €
2 cours	48 €
3 cours	70 €
4 cours	90 €
5 cours	108 €
6 cours	125 €
7 cours	138 €

Pass weekend complet / l'atelier Transversal et  
7 cours collectifs : 150 €

NB : Le nombre de participants admis par cours est limité à 18 couples.

Afin de garantir votre participation, il est impératif de vous inscrire au préalable, en écrivant à [jsrampazzi@free.fr](mailto:jsrampazzi@free.fr) ou en téléphonant au **+33 (0)6 61 29 65 37**.

L'accès au cours ne sera possible que dans la limite des places disponibles.

**Et notez dès à présent toutes les dates des Master Class pour toute la saison 2018/19 :**

- 7, 8, 9 septembre 2018
- 5, 6, 7 octobre 2018
- 9, 10, 11 novembre 2018
- 7, 8, 9 décembre 2018
- 11, 12, 13 janvier 2019
- 8, 9, 10 février 2019
- 15, 16, 17 mars 2019
- 12, 13, 14 avril 2019
- 10, 11, 12 mai 2019
- 7, 8, 9 juin 2019
- 5, 6, 7 juillet 2019
- 2, 3, 4 août 2019

Vous pouvez consulter tout le programme détaillé des prochaines Master Classes.