

COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

« Sacadas & colgadas, ou l'art de passer des unes aux autres »

Master Class 9 & 10 décembre 2023

Jean Sébastien RAMPAZZI & Virginie BOURNAUD

Tout au long de cette 15^{ème} saison nous continuons à vous accompagner dans le développement de votre danse au moyen de la prise de conscience corporelle et posturale. Nous cultivons les rythmes fondamentaux et l'expression musicale qui en découle et cherchons inlassablement à vous conduire vers plus de liberté dans votre tango.

Lors de ce week-end, toutes nos propositions sont centrées sur les sacadas, les colgadas ainsi que sur la manière de passer des unes aux autres – avec au beau milieu quelques ganchos !, Et, au delà d'un travail technique complet, nous chercherons, comme lors de ces 3 dernières master class, à développer une danse toute en relief et respirations.

Pour recevoir personnellement le programme merci de nous écrire à jsrampazzi@gmail.com

Afin de garantir votre participation, il est impératif de vous inscrire au préalable, en écrivant à jsrampazzi@gmail.com 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 (**14 couples maximum**)

NB : Nous préférons désigner par le terme « guideur-se-s » le rôle des personnes qui guident, et par le terme « guidé-e-s » le rôle des personnes qui sont guidées.

Samedi 9 décembre 2023

4 cours collectifs

14h00-15h20 Les Indispensables du tango – niveaux intermédiaire à avancé

Enchaînements de 6 SACADAS AVANT pour guideur-se-s et guidé-e-s et passage aux SACADAS ARRIERE avec ou sans SOLTADA ; harmonisation de la longueur des pivots.

Pour bien comprendre la si difficile technique du pivot vers l'avant, nous commencerons par 10 minutes de travail individuel sur la technique fondamentale – Technique de marche, rôle de la torsion et mécanismes du pivot y seront détaillés.

Nous travaillerons ensuite en couple sur l'abrazo et le cadre dans lequel le couple va évoluer tout au long de la danse.

Nous apprendrons alors une séquence dans laquelle 6 sacadas s'enchaînent avec beaucoup de fluidité et où chaque détail de la danse est porté par une très grande écoute mutuelle du couple.

Nous verrons enfin comment remplacer certaines sacadas avant par des sacadas arrière (et dans ce cas comment placer une soltada) ou des ganchos et détaillerons les ajustements nécessaires.

15h30-16h50 La séquence « TaVaMi » Tango/Vals/Milonga – niveau inter/avancé Jeux de sacadas, volcadas, colgadas et croisés simultanés

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.

A partir d'un départ pieds joints et avec autant de surprise que de jeux, nous développerons une séquence inédite dans laquelle se mêlent sacadas, volcadas, colgadas et croisés simultanés. Tout en rythmes et en partages d'appuis, nous travaillerons sur la détente de la jambe libre (qui n'arrête pas de changer !) pour les guidé-e-s, et sur l'accompagnement que les guideur-se-s devront organiser pour conduire tout en suivant les besoins de leur partenaire. Pour mieux réussir à intégrer les nombreux points techniques, nous travaillerons dès le début sur des valse, milongas et tangos pour trouver plus ou moins de suspensions, de relief, de rapidité, de profondeur...mais toujours dans la plus grande détente.

17h00-18h20 Milonga Traspie et Lisa – bases et séquences spéciales – niveau inter/avancé Sacadas dans les tours rythmiques sans pivots – adornos pour guideur-se-s et guidé-e-s !

Pour la milonga nous choisissons de travailler sur une superbe séquence dans laquelle un demi-tour à droite est suivi d'un demi-tour à gauche. La base est relativement simple, ce qui nous permettra une multitude de variations chorégraphiques plus ou moins importantes mais aussi de cultiver l'art de l'ornementation rythmique.

Ces ornements (adornos) exigent une parfaite compréhension de la structure globale du mouvement et du rythme fondamental, et permettent de mieux exprimer et jouer avec les rythmes de la milonga.

18h30-20h00 Mouvements et Musicalité – niveau avancé Soltadas et sacadas... sur des tangos nuevos

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.

Avec ce dernier cours de la journée nous nous lâcherons aux sens propre et figuré ! Lorsqu'elles sont liées à des soltadas, les sacadas deviennent un terrain de jeu incroyable sur lequel tout devient possible. Finis les inconforts et les limitations de l'abrazo. Tout en gardant une très belle fluidité de mouvement lors des transformations de l'abrazo, nous travaillerons sur des séquences qui permettent d'enchaîner plusieurs sacadas pour les guideur-se-s et les guidé-e-s. Grace aux soltadas, à chaque nouveau pas de nouvelles possibilités se dessinent et nous stimulent sans relâche, pour notre plus grand plaisir.

Dimanche 10 décembre 2023
2 cours collectifs

14h00-15h20 Rythmes dans les Fondamentaux du tango – niveaux intermédiaire à avancé
Séquence Sacada arrière des guideur-se-s suivie d'une sacada arrière des guidé-e-s...avec ou sans soltada.

Avec cette superbe séquence et l'approche qu'elle nécessite, nous travaillerons en profondeur sur l'art de s'ajuster dans l'abrazo et sur un partage sans compromis des pivots vers l'arrière pour les guideur-se-s comme pour les guidé-e-s.

Nous commencerons par travailler sur les positions relatives des partenaires au moment des sacadas et observerons quels sont les éléments qui conduisent à la meilleure aisance. Puis nous travaillerons individuellement sur la technique de pivot arrière lorsqu'il est se prolonge par une sacada. Une fois ces éléments réunis nous travaillerons sur l'enchaînement des sacadas et affinerons les ajustements importants au niveau de l'abrazo.

Et enfin, nous verrons comment réaliser la même séquence, avec une soltada au beau milieu !

15h30-16h50 Vals – niveau inter/avancé

Marches tournantes avec sacadas, altérations et colgadas – appuis sur 2 ou 3 temps

Nous allons ici valser à l'aide d'une séquence originale basée sur une marche tournante et ponctuée par des sacadas des guideur-se-s. Tout au long de ce cours, nous aurons le choix des résolutions de la séquence, avec ou sans colgada.

Avec une recherche constante de fluidité et de dynamique, nous travaillerons tout de suite sur l'aspect rythmique en nous servant majoritairement des 1ers et 2èmes temps de la valse, et occasionnellement des 3 temps lorsque nous ponctuerons d'adornos ou de cortes ce superbe enchaînement.

Tous les cours se déroulent au centre de danse Feeling Dance.

Il se situe sur les rives du canal de l'Ourcq, au 26 Quai de L'Aisne, 93500 Pantin.

M° 5 - Hoche / RER E - Pantin / Tram 3b - Delphine Seyrig

Si vous ne trouvez pas de partenaire et/ou pour les réservations, contactez Jean-Sébastien :
jsrampazzi@gmail.com ou bien 0661296537

Tarifs

Par personne pour un même week-end :

1 cours 25€, 2 cours 48€, 3 cours 70€, 4 cours 90€, 5 cours 110€, Pass weekend complet 6 cours 130€

Et notez dès toutes les dates pour la saison 2023/2024 :

13 et 14 janvier 2024

2 et 3 mars 2024

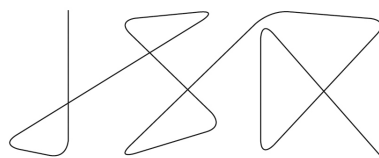
4 et 5 mai 2024

3 et 4 février 2024

6 et 7 avril 2024

1 et 2 juin 2024

29 juin 2024 -13:30-17:30 – stage en effectif semi-particulier, limité à 5 couples



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI