

COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

ALTÉRATIONS et SOLTADAS 'dynamique et liberté de mouvement'

Master Class 9 et 10 novembre 2024
Jean Sébastien RAMPAZZI & Virginie BOURNAUD

Tout au long de cette 16^{ème} saison de master class 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 et de détente dans votre tango.

Cette année nous encreurons notre travail autour d'éléments fondamentaux du tango et verrons quelques évolutions, des origines à nos jours...le tout ponctué, à chaque cours, d'une fantaisie chorégraphique, rythmique ou musicale.

Lors de ce troisième rendez-vous de la saison, au-delà d'un travail technique complet sur les altérations et soltadas, nous chercherons à développer une danse toute en relief et respirations, dynamique et liberté de mouvement, dans laquelle l'instant présent est plus que jamais choyé.

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 novembre 2024
4 cours collectifs

14h00-15h20 Les Indispensables du tango – niveaux intermédiaire à avancé
Altérations fondamentales et ce qui les différencie du tour traditionnel – cadenas d'altérations avec soltada

Pour débiter ce week-end entièrement consacré aux altérations et soltadas, nous travaillerons sur 2 altérations parmi les plus fondamentales et les plus simples à intégrer dans la danse de bal. Nous rappellerons les 3 points qui permettent de caractériser les altérations en nous basant sur les caractéristiques d'un tour traditionnel.

Ensuite nous ferons le point sur les positions relatives des appuis au sol pour qu'elles puissent se développer sans difficulté.

Et pour finir, nous construirons 2 cadenas que l'on pourra aussi articuler avec une soltada en forme de déboulé pour les guidé-e-s. Alors que cette soltada est habituellement difficile à réaliser, sa préparation par le biais de l'altération nous donnera aisance et naturel. Un vrai plaisir !

15h30-16h50 La séquence « TaVaMi » Tango/Vals/Milonga – niveau inter/avancé Cuñitas fondamentales – de l'origine des altérations à des cuñitas plus modernes – articulation avec 2 soltadas

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.

Les cuñitas sont apparues il y a plus de 80 ans et font partie de des mouvements les plus essentiels pour se débrouiller au bal. Nous commencerons par revoir et travailler les 2 plus connues, et expliquerons brièvement pour quelles raisons elles appartiennent à la famille des altérations.

Nous verrons alors une très belle séquence dans laquelle nous passerons sans discontinuer d'une cuñita à l'autre, en variant le sens de rotation, tantôt vers la gauche, tantôt vers la droite. Lorsque le rythme et la vitesse de la pulsation s'accroissent, nous chercherons à raccourcir les pas et à diminuer les pivots.

Et pour finir, nous insérerons 2 soltadas avec passage sous le bras, l'une pour les guideur-se-s et l'autre pour la guidé-e-s, à la fin d'une cuñita en système parallèle tournant sur la droite...aussi naturel qu'inattendu !

17h00-18h20 Milonga Traspilé et Lisa – bases et séquences spéciales – niveau inter/avancé Cadenas d'altérations spécial milonga lisa, à la manière de la valse – avec ou sans soltada

Nous danserons sur des milongas rapides de d'Arienzo, Agostino, Canaro avec deux magnifiques cadenas, qui diffèrent de la séquence longtemps appelée « La cadena » lorsqu'elle était la 1^{ère} et la seule du genre.

Nous utiliserons presque exclusivement la pulsation pour marcher, tourner, altérer et trouverons avec seulement 2 séquences beaucoup de liberté dans le mouvement, déployant ainsi une qualité proche de la valse tout en restant entièrement dans le cadre de la milonga.

Une séquence sera en système parallèle, l'autre en système croisé, et nous tournerons vers la droite ou vers la gauche, soit en alternance, soit en persistant du même côté.

Et enfin, cerise sur le gâteau, nous verrons aussi comment passer facilement d'une séquence à l'autre, et pourrons éventuellement utiliser une soltada pour réaliser la transition d'un côté à l'autre.

Un vrai plaisir !

18h30-20h00 Mouvements et Musicalité – niveau avancé Altérations, soltadas, sacadas et ganchos...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 ! Liés à des *soltadas*, les *sacadas* et *ganchos* deviennent un terrain de jeux 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* ou *ganchos* pour les *guideur-se-s* et/ou les *guidé-e-s*. Grâce aux *soltadas*, à chaque nouveau pas de nouvelles possibilités se dessinent et nous stimulent sans relâche, pour notre plus grand plaisir. Pour couronner le tout, quelques altérations viendront dynamiser les séquences en nous permettant de nous déplacer plus amplement sur la piste. Exigeant et stimulant !

Dimanche 10 novembre 2024

2 cours collectifs

14h00-15h20 Rythmes dans les Fondamentaux du tango – niveaux intermédiaire à avancé
Marche tournante avec altération sur un miroir, en *cadena* ; *soltada* en sortie du miroir

Dans cette superbe séquence, nous utilisons tout le potentiel dynamique et créatif des altérations. La séquence s'amorce par 2 ou 3 pas qui conduisent vers une position de miroir ; puis, à partir de ce miroir, le couple tourne simultanément vers la droite des *guideur-se-s* et se lance sur un contretemps résolu par une *sacada* avant des *guideur-se-s* sur le croisé avant des *guidé-e-s* entraînant un long pivot très exigeant pour les *guidé-e-s*, et permettant de se retrouver sur la position de miroir du début. Lors de ce long pivot, nous pourrions ajouter une *soltada*, permettant de le prolonger et de retrouver les sensations d'un *planeo*.

C'est une séquence qui permet de traverser de très belles sensations, et de travailler au passage de nombreux détails techniques : clarté de la direction de marche, équilibre individuel et partage de l'équilibre dans la dynamique, timing, souplesse de l'*abrazo*...du beau tango !

15h30-16h50 Vals – niveau inter/avancé
Altérations, *sacadas* et *soltadas* pour la valse

Avec beaucoup de fluidité et de jeux rythmiques propres à la valse, nous combinerons ici tout d'abord des altérations à des *sacadas*. Ces dernière seront littéralement prises dans un tourbillon d'altérations. Nous travaillerons sur la technique de la séquence avec altérations mais sans *sacada*, et verrons ensuite comment les insérer tout en créant de nouveaux jeux rythmiques, sans rien perdre de la fluidité du mouvement.

Puis, nous glisserons 2 *soltadas*, lors de 2 articulations altération/*sacada*.

Se dégageront alors une très belle dynamique et une expression rythmique de la valse tout en contrastes et délicatesse.

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 28€, 2 cours 53€, 3 cours 78€, 4 cours 100€, 5 cours 120€, Pass weekend complet 6 cours 140€

Et notez dès à présent toutes les dates pour la saison 2024/2025 :

7 et 8 décembre 2024

11 et 12 janvier 2025

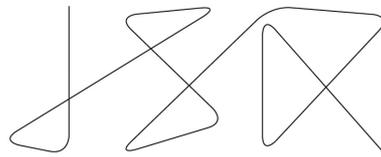
8 et 9 février 2025

8 et 9 mars 2025

5 et 6 avril 2025

3 et 4 mai 2025

7 et 8 juin 2025



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI