

# DEROULEMENT DES JOURNEES - 5 MINI STAGES à THEME de 3H

- LE SOFT FIT DANSE, donné en première heure, est une excellente préparation pour la séance qui suit. Elle est recommandée pour tous **et indispensable** pour tous ceux qui suivent les stages de manière ponctuelle.
- Qu'est ce que le "SOFT FIT DANSE", Préparation ou entretien en Solo pour les danses de couple. Quelques applications en Duo sont possibles. Petits enchaînements permettant à chacun(e) de travailler *individuellement (pas besoin de partenaire)* et en douceur quelques rythmes de toutes origines (dont ceux de la danse de couple) et d'entretenir sa forme. Accessible à tous quelque soit le niveau. Un moyen de prendre confiance ou de ne pas perdre vos acquis et de trouver ensuite un(e) partenaire ? Une excellente préparation pour la danse de couple. Il peut être considéré comme une activité à part entière.
- Bien entendu, Toutes les danses de bal ne vous seront pas présentées ICI mais ceci s'inscrit dans une visée de progression pédagogique et vous permettra de mieux intégrer les éléments que nous vous proposerons.
- En ce qui concerne le dernier stage, il vous sera plus abordable si vous avez pu suivre le plus de stages possibles mais vous pourrez tout de même intégrer comment un pas d'apparence identique peut revêtir un caractère différent.
- Que porter ? Dans la salle de danse, le port de talon est interdit (parquet), merci de bien vouloir vous munir de **BALLERINES** ou de **CHAUSSETTES**

**Ce stage s'adresse A TOUS**

**MINI-QUESTIONNAIRE**

**BULLETIN D'INSCRIPTION INDIVIDUEL**

**TOUTES LES DATES - DIMANCHE MATIN - 10h-13h**

<b>Dates</b>	<b>10 FEVRIER</b>	<b>17 MARS</b>
<b>Thème</b>	<b>Jeux de rythme et latinos</b>	<b>Famille Swing</b>
<b>10h-11h (1h) 11h-13h (2h) Total 3h</b>	<b>SOFT FIT DANSE Salsa Samba</b>	<b>SOFT FIT DANSE Rock swingué Quickstep &amp; Charleston</b>
<b>28 AVRIL</b>	<b>26 MAI</b>	<b>9 JUIN</b>
<b>La connection</b>	<b>Les Tours</b>	<b>Rythmes et transversalités</b>
<b>SOFT FIT DANSE Tango Argentin</b>	<b>SOFT FIT DANSE Valse lente Valse Viennoise</b>	<b>SOFT FIT DANSE Points communs et différences des danses visitées par des adaptations immédiates</b>

Pour des raisons pédagogiques, le nombre d'inscriptions est limité à 24 personnes. En cas de manque de participants, nous nous réservons le droit d'annuler le stage.

*Afin de connaître vos attentes, nous vous proposerons de bien vouloir remplir le mini-questionnaire afin de préparer au mieux la prochaine saison.*

Comment avez vous entendu parler du stage?

.....  
.....  
.....  
.....

Après le stage, souhaitez vous =

- d'autres stages ponctuels?  
 des cours réguliers ? Si oui, merci de compléter le tableau  
 des cours semi-particuliers?

**LU MA ME JE VE jour de préférence**

**DANSES CHOISIES Niveau 1 - 2 - 3**

.....  
.....  
.....

**UN PAR PERSONNE**  
à retourner **AU MINIMUM 3 JOURS AVANT LE STAGE** ou au 1er stage si inscriptions par cycle  
Asso DANSE pour TOUS  
10 - Rue de Verdun - 06400 Cannes

Nom.....  
Prénom.....  
CP.....VILLE.....  
mail@.....  
tél.....  
Nom.....Prénom.....

Cocher les cases concernées

- Soft Fit Dance (1h) = .....15€  
 1 cours (2h) = ..... 25€  
 un stage (3h) = .....30€  
 Formule 10h = .....90€  
 le « full pack » 15h = .....120€

Résidents LOGIS JEUNES-20% à déduire  
SOUS TOTAL .....€

Entourer le(s) stage(s) sélectionné(s)  
**FEV MARS AVRIL MAI JUIN**

L'adhésion obligatoire.....5€  
(vous permet de suivre tous les événements ponctuels organisés par Danse Pour Tous).

TOTAL = .....€

A L'ORDRE DE DANSE POUR TOUS  
LE CHÈQUE NE SERA ENCAISSE QU'APRÈS LE STAGE

Pour plus de convivialité, nous vous proposons de poursuivre avec une



Chacun apporte ce qu'il aime préparer et chacun met son plat ou boisson en commun = On se régale tout en faisant connaissance....  
 Contenants, couverts et serviettes vous seront fournis.  
 Vos couverts non jetables sont également BIENVENUS.

**Auberge Espagnole**

Où ? LOGIS DES JEUNES- 5 - RUE DE MIMONT - CANNES  
 tel 04 92 99 77 77 - Derrière la Gare SNCF  
 Stationnement facile le dimanche

+ 33(0) 682 118 692 Anne PERRIN-GOURON

[www.harmoniescroisees.com](http://www.harmoniescroisees.com)