



Programme
Danse Performance Équilibre
Saison 2023-24

Un programme qui se démarque par la qualité de la formation et de l'encadrement offerts aux danseurs et favorise l'équilibre entre la performance du jeune, sa réussite scolaire et le maintien de la qualité de vie familiale! Les valeurs qui guident notre pratique de la danse sont le respect, le plaisir et le dépassement de soi.

Qu'est-ce qu'on y fait?

- Ballet classique
- Danse contemporaine
- Jazz
- Perfectionnement technique
- Tours & sauts
- Souplesse
- Acrobaties, partenariat & portés
- Entraînement musculaire basé sur le développement de la force, de la souplesse et de la proprioception
- Ateliers sur la nutrition, l'estime de soi et la psychologie sportive
- Participation à trois compétitions
- Spectacles d'envergure au mois de mai (3)

💡 Possibilité de mettre en place un programme personnalisé pour un danseur ou une danseuse qui souhaiterait aussi se perfectionner en Hip Hop.

Ce programme complet s'adresse aux jeunes du 2^e cycle du primaire à la fin du secondaire, qui souhaitent développer des aptitudes techniques et pousser leur art à un haut niveau d'excellence. Les participants bénéficieront d'un entraînement de qualité prodigué par des enseignants passionnés et qualifiés, ainsi que d'un encadrement supérieur et d'un accompagnement personnalisé.

Combien d'heures d'entraînement par semaine?

- 7 à 8 heures de technique
- 2 à 3 heures de chorégraphie
- 1 à 2 heures pour ateliers ponctuels

Horaire des cours techniques

Mardi 16h45@18h30

Mercredi 18h@19h15

Jeudi 16h45@18h30

Dimanche 13h@16h (*gymnastique artistique & acro danse Gym Jeune-Aire Ville Lasalle*)

Des troupes s'ajouteront à cet horaire en fonction des résultats aux auditions. Les cours de troupes auront lieu du lundi au jeudi.

Que faut-il pour participer à ce programme?

Ce programme s'adresse à des jeunes motivés et assidus qui souhaitent se développer techniquement et artistiquement!

Une audition permettra de sélectionner les jeunes qui participeront au programme.

Un certain niveau de participation sera attendu de la part des parents (déplacements et assiduité du jeune).

Localisation

Les cours ont lieu :

- 237 rue Ste-Catherine, suite 103-107, St-Constant;
- Salle multifonctionnelle, CCL Centre Sportif 125 Place Charles-Lemoyne, Ville Sainte-Catherine;
- Dimanche pm : GYM Jeune-Aire 7427 boul. Newman, Lasalle QC H8N 3H4 (à côté du Super C).

Tarifs

Le prix de base inclut la participation à 1 troupe. Les chorégraphies seront présentées à 3 compétitions et aux événements organisés par le studio (showcase, team building, gala, etc.). Le prix total sera établi en fonction du nombre de troupes auxquelles le jeune participera.

Voici un exemple :

1 troupe 75 minutes 315\$

Ballet 75 minutes 157,50\$

Technique tours, sauts et souplesse 75 minutes 157,50\$

Technique Jazz & Contempo 75 minutes 157,50\$

Renforcements et Souplesse 71,25\$

Période de révision supervisée 71,25\$

Gymnastique artistique & Acro-Danse 360\$

Frais compétition 230\$

Total 1520\$ X 2 = 3040\$ payable en 6 versements septembre, octobre, novembre, janvier, février, mars.

Les projets spéciaux (solos, duos et trios) ne sont pas inclus dans le programme et le prix. Possibilité de participer à plus de compétitions pour les solistes. Prix et fonctionnement à discuter avec la direction.

Pour vous inscrire aux auditions ou en savoir plus sur notre programme, contactez-nous

 514-742-0528

 info@corinnedesfossesdanse.com