



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires à Montpellier

6 cours hebdomadaires à Montpellier, niveaux débutant à avancé, avec Jean Sébastien Rampazzi, assisté par Karina Pantaleo, titulaire D.E. danse contemporaine.

Ces rendez-vous pédagogiques ont pour objectif que chaque danseuse et danseur développe progressivement sa propre danse en travaillant sur certains éléments techniques indispensables, afin d'acquérir une véritable liberté d'improvisation et de dialogue dans les bals.

- 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 proposons à chacun d'apprendre comment contribuer 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.

Tous les cours commencent par quelques minutes d'échauffement pour se préparer en douceur aux exigences du propos développé ensuite, et à la fin des cours nous proposons un résumé où chaque point important est repris une dernière fois.

Intentions pédagogiques pour chacun des 6 cours hebdomadaires

Les mardis

Mardi 12h30 - 13h45 / Les rendez-vous de midi et demi

Technique individuelle/couple et technique Homme/Femme

Tango, niveau intermédiaire à niveau avancé

Dans ce cours nous abordons tous les fondamentaux concernant la technique : la posture, la marche, l'abrazo et les figures techniquement exigeantes - giros, sacadas, ganchos, boleos... volcadas et colgadas !

Dans chaque cours, des moments de pratique individuelle alternent avec des moments de pratique en couple. L'accent est porté sur la qualité des appuis dans le sol et la qualité des appuis avec les partenaires. La conscience et la mise en œuvre de la torsion dans certains mouvements sont aussi des axes d'attention permanents.

Chaque participant pourra ici développer son propre rôle, mais aussi apprendre les rudiments de l'autre rôle.



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires à Montpellier

Les mardis

Mardi 19h - 20h15 : Les fondamentaux du tango

Venez apprendre ou revoir toutes les bases du tango !

Tous niveaux

Ce cours s'adresse aux grands débutants comme aux danseuses et danseurs plus expérimentés qui souhaitent intégrer ou travailler à nouveau tous les fondamentaux.

Pour chaque cours, nous prenons le temps de voir en détail un aspect clé du tango : abrazo (enlacement), posture, marche, rythmes fondamentaux, bases de l'improvisation dans la musique et dans le mouvement, jeux dans le guidage et la réponse, bases de l'ornementation...

Mardi 20h15 - 21h30 : Séquences TaVaMi - tango, vals, milonga

Tout pour étoffer et développer votre danse !

Niveau intermédiaire

Ce cours s'adresse aux danseuses et danseurs déjà confirmés ayant au moins 2 ou 3 ans de pratique.

Dans ces cours nous travaillons sur une même séquence, pendant 2 à 3 semaines, 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.

Mardi 21h30 - 22h45 : Tango rythmique

Tout pour aller plus loin !

Niveau avancé

Ce cours s'adresse aux danseuses et danseurs très confirmés ayant au moins 4 ou 5 ans de pratique assidue.

Ici nous abordons la plupart des éléments chorégraphiques et techniques qui permettent d'aller vers une plus grande liberté au bal.

En nous appuyant constamment sur une approche rythmique, nous travaillons différents types d'abrazos, de marches, de giros, de sacadas, de ganchos et de boleos, volcadas, colgadas...

Les cours du mardi ont lieu dans un studio de danse avec parquet en bois massif, vestiaire, douche :

La Salle, 4 bis rue Chaptal, 34000 Montpellier

Parking Gambetta - tram 3 arrêt St Denis



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires à Montpellier

Les mercredis

Mercredi 19h - 20h15 : Tango et préparation technique au tango

Tout pour consolider la technique !

Niveau intermédiaire

Ce cours s'adresse aux danseuses et danseurs déjà confirmés ayant au moins 2 ou 3 ans de pratique.

Dans ce cours nous commençons systématiquement par 15 mn de préparation technique individuelle pour le tango ; ces 15 mn de technique du danseur et technique de la danseuse nous conduisent ensuite à aborder la danse de couple avec une meilleure connaissance de nos besoins individuels, et ainsi, mieux servir les intérêts du couple de danse.

Nous travaillons ici tous les thèmes incontournables dans le développement des danseuses et danseurs de tango : abrazo, posture, marche et figures indispensables.

Mercredi 20h15 - 21h30 : séquence TaVaMi - tango, vals, milonga

Tout pour aller plus loin !

Niveau avancé

Ce cours s'adresse aux danseuses et danseurs très confirmés ayant au moins 4 ou 5 ans de pratique assidue.

ATTENTION : les séquences abordées ici sont différentes de celles abordées le mardi dans le cours de 20h15 ; elles sont aussi plus exigeantes car le cours est de niveau avancé.

Dans ces cours, comme pour les cours de 20h15 du mardi, nous travaillons sur une même séquence, pendant 2 à 3 semaines, 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 cours du mercredi ont lieu à La Maison du Tango

40 rue Favre de St Castor, 34080 Montpellier - tram 3 - arrêt Celleneuve

Tarifs

Cours d'essai : 10 €

**Etudiants, demandeurs d'emploi : -30%
sur tous les tarifs**

Abonnements annuels :

1 cours hebdomadaire	320 €
2 cours hebdomadaires	500 €
3 cours hebdomadaires	640 €
4 cours hebdomadaires	770 €
5 cours hebdomadaires	900 €

Cours à l'unité : 15 €

**Cours gratuits pour les journées portes
ouvertes en septembre 2018**

Pass complet / 6 cours hebdomadaires : 1020 €

Frais fixe annuels d'adhésion : 10 €

*Pour les abonnements annuels il est possible
de payer en plusieurs fois*

Renseignements et inscriptions :

jsrampazzi@free.fr et +33 (0)6 61 29 65 37



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires

Programme & calendrier des mardis et mercredis à Montpellier - saison 2018/19

SEPTEMBRE 2018

→ Mardi 18 / Portes ouvertes - cours d'essais gratuits

12h30 - 13h45 : Tango

Niveau intermédiaire à niveau avancé / Technique individuelle/couple et technique H/F

Les rendez-vous de midi et demi !

Technique de marche et traspié 1^{er} cours

19h - 20h15 : Les fondamentaux du tango

Débutant et tous niveaux

Venez apprendre ou revoir toutes les bases du tango !

Rythmes fondamentaux et marche à deux 1^{er} cours

20h15 - 21h30 : Séquences TaVaMi - tango, vals, milonga

Niveau intermédiaire

Tout pour étoffer et développer votre danse !

Ocho cortado, rythmes et suspensions 1^{er} cours

21h30 - 22h45 : Tango rythmique

Niveau avancé

Tout pour aller plus loin !

Giro à gauche avec enrosque et lapiz 1^{er} cours

→ Mercredi 19 / Portes ouvertes - cours d'essais gratuits

19h - 20h15 : Tango et préparation technique au tango

Niveau intermédiaire

Tout pour consolider la technique !

Volcada et colgada à partir du croisé de la salida 1^{er} cours

20h15 - 21h30 : Séquences TaVaMi - tango, vals, milonga

Niveau avancé

Giro à droite, avec ou sans sacada, avec ou sans pivots ; passages en colgada 1^{er} cours

→ Mardi 25 / Portes ouvertes - cours d'essais gratuits

12h30 : Technique de marche et traspié 2^{ème} cours

19h : Rythmes fondamentaux et marche à deux 2^{ème} cours

20h15 : Ocho cortado, rythmes et suspensions 2^{ème} cours

21h30 : Giro à gauche avec enrosque et lapiz 2^{ème} cours

→ Mercredi 26 / Portes ouvertes - cours d'essais gratuits

19h : Volcada et colgada à partir du croisé de la salida 2^{ème} cours

20h15 : Giro à droite, avec ou sans sacada, avec ou sans pivot ; passages en colgada 2^{ème} cours



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires

Programme & calendrier des mardis et mercredis à Montpellier - saison 2018/19

OCTOBRE 2018

→ Mardi 2

- 12h30 : Ajustement de l'abrazo dans les torsions, technique des pivots avant et arrière 1^{er} cours
- 19h : Marches emboîtées et déboîtées, abrazo et rythmes 1^{er} cours
- 20h15 : Variation chorégraphiques et rythmiques sur le ocho cortado 1^{er} cours
- 21h30 : Sacadas et changement de rôle dans les sacadas 1^{er} cours

→ Mercredi 3

- 19h : Volcada et colgada à partir du croisé de la salida 3^{ème} cours
- 20h15 : Giro à droite, avec ou sans sacada, avec ou sans pivot ; passages en colgada 3^{ème} cours

→ Mardi 9

- 12h30 : Ajustement de l'abrazo dans les torsions, technique des pivots avant et arrière 2^{ème} cours
- 19h : Marches emboîtées et déboîtées, abrazo et rythmes 2^{ème} cours
- 20h15 : Variation chorégraphiques et rythmiques sur le ocho cortado 2^{ème} cours
- 21h30 : Sacadas et changement de rôle dans les sacadas 2^{ème} cours

→ Mercredi 10

- 19h : Demi tour à droite et demi tour à gauche 1^{er} cours
- 20h15 : Soltadas pour la milonga et la valse 1^{er} cours

→ Mardi 16

- 12h30 : Ajustement de l'abrazo dans les torsions, introduction aux sacadas arrières 3^{ème} cours
- 19h : Marches emboîtées et déboîtées, rythmes, transfert pieds joints 3^{ème} cours
- 20h15 : Variation chorégraphiques et rythmiques sur le ocho cortado 3^{ème} cours
- 21h30 : Sacadas et changement de rôle dans les sacadas 3^{ème} cours

→ Mercredi 17

- 19h : Demi tour à droite et demi tour à gauche, 2^{ème} cours
- 20h15 : Soltadas pour la milonga et la valse 2^{ème} cours

Vacances de la Toussaint



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires

Programme & calendrier des mardis et mercredis à Montpellier - saison 2018/19

NOVEMBRE 2018

→ Mardi 6

12h30 : Giros et calesitas à droite et à gauche 1^{er} cours

19h : Salida (séquence sur 8 pas consécutifs avec croisé des danseuses) 1^{er} cours

20h15 : Gancho à partir du croisé de la salida 1^{er} cours

21h30 : Altérations et sacadas 1^{er} cours

→ Mercredi 7

19h : Giro à gauche avec miroir et calesita à droite sur 2 appuis 1^{er} cours

20h15 : Volcadas à 2, 3 et 4 temps 1^{er} cours

→ Mardi 13

Oslo - pas de cours - les cours sont remplacés par des pratiques

→ Mercredi 14

Oslo - pas de cours - les cours sont remplacés par des pratiques

→ Mardi 20

12h30 : Giros et calesitas à droite et à gauche 2^{ème} cours

19h : Variations rythmiques sur la salida 2^{ème} cours

20h15 : Gancho à partir du croisé de la salida 2^{ème} cours

21h30 : Altérations et sacadas 2^{ème} cours

→ Mercredi 21

19h : Giro à gauche avec miroir et calesita à droite sur 2 appuis 2^{ème} cours

20h15 : Volcadas à 2, 3 et 4 temps 2^{ème} cours

→ Mardi 27

12h30 : Giro avec sacadas à droite 1^{er} cours

19h : Ocho adelante (huit avant) à partir d'une ouverture - introduction à la technique de pivots 1^{er} cours

20h15 : Traspie et changements d'appuis pieds joints - jeux rythmiques 1^{er} cours

21h30 : Altérations, ganchos et boleos 1^{er} cours

→ Mercredi 28

19h : Croisés simultanés 1^{er} cours

20h15 : Planeos pour danseurs et danseuses 1^{er} cours



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires

Programme & calendrier des mardis et mercredis à Montpellier - saison 2018/19

DÉCEMBRE 2018

→ Mardi 4

12h30 : Giro avec sacadas à droite 2^{ème} cours

19h : Ocho adelante (huit avant) à partir du croisé de la salida - introduction à la technique de pivots 2^e cours

20h15 : Traspie et changements d'appuis pieds joints - jeux rythmiques 2^{ème} cours

21h30 : Altérations, ganchos et boleos 2^{ème} cours

→ Mercredi 5

19h : Croisés simultanés 2^{ème} cours

20h15 : Planeos pour danseurs et danseuses 2^{ème} cours

→ Mardi 11 et Mardi 18

12h30 : Révisions du 1^{er} trimestre

19h : Révisions du 1^{er} trimestre

20h15 : Révisions du 1^{er} trimestre

21h30 : Révisions du 1^{er} trimestre

→ Mercredi 12 et Mercredi 19

19h : Révisions du 1^{er} trimestre

20h15 : Révisions du 1^{er} trimestre

Vacances de Noël

JANVIER 2019

→ Mardi 8

12h30 : enchainements Sacada - barrida 1^{er} cours

19h : Ocho arrière à partir d'une ouverture, conscience du cadre et de la structure de l'abrazo 1^{er} cours

20h15 : Colgadas en ligne 1^{er} cours

21h30 : Séquences Soltadas et colgadas 1^{er} cours

→ Mercredi 9

19h : Colgadas sur un croisé avant ou arrière 1^{er} cours

20h15 : Cunitas, sacadas et croisés simultanés sur 2, 3 et 4 temps 1^{er} cours

→ Mardi 15

12h30 : enchainements Sacada - barrida 2^{ème} cours

19h : Ocho arrière à partir d'une ouverture, conscience du cadre et de la structure de l'abrazo 2^{ème} cours

20h15 : Colgadas en ligne 2^{ème} cours

21h30 : Séquences Soltadas et colgadas 2^{ème} cours



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires

Programme & calendrier des mardis et mercredis à Montpellier - saison 2018/19

JANVIER 2019

→ Mercredi 16

19h : Colgadas sur un croisé avant ou arrière 2^{ème} cours

20h15 : Cunitas, sacadas et croisés simultanés sur 2, 3 et 4 temps 2^{ème} cours

→ Mardi 22

12h30 : enchainements Sacada - barrida 3^{ème} cours

19h : Ocho arrière à partir d'une ouverture, conscience du cadre et de la structure de l'abrazo 3^{ème} cours

20h15 : Colgadas en ligne 3^{ème} cours

21h30 : Séquences Soltadas et colgadas 3^{ème} cours

→ Mercredi 23

19h : Colgadas sur un croisé avant ou arrière 3^{ème} cours

20h15 : Cunitas, sacadas et croisés simultanés sur 2, 3 et 4 temps 3^{ème} cours

→ Mardi 29

12h30 : Ganchos traditionnels pour les danseuses et danseurs 1^{er} cours

19h : Giro (tour) à droite sans sacada et improvisation dans la marche 1^{er} cours

20h15 : Volcadas et marches apilado, jeux rythmiques 1^{er} cours

21h30 : Enchainements Gancho - piernaso - Boleo 1^{er} cours

→ Mercredi 30

19h : Soltadas statiques 1^{er} cours

20h15 : Traspilé, rebotes et cortes 1^{er} cours

FÉVRIER 2019

→ Mardi 5

12h30 : Ganchos traditionnels pour les danseuses et danseurs 2^{ème} cours

19h : Giro (tour) à droite sans sacada et improvisation dans la marche 2^{ème} cours

20h15 : Volcadas et marches apilado, jeux rythmiques 2^{ème} cours

21h30 : Enchainements Gancho - piernaso - Boleo 2^{ème} cours

→ Mercredi 6

19h : Soltadas statiques et dynamiques 2^{ème} cours

20h15 : Traspilé, rebotes et cortes 2^{ème} cours

→ Mardi 12

Dias de tango, Lugano - Pas de cours - les cours sont remplacés par des pratiques



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires

Programme & calendrier des mardis et mercredis à Montpellier - saison 2018/19

FÉVRIER 2019

→ **Mercredi 13**

Dias de tango, Lugano - Pas de cours - les cours sont remplacés par des pratiques

→ **Mardi 19**

12h30 : Ganchos traditionnels pour les danseuses et danseurs 3^{ème} cours

19h : Giro (tour) à droite sans sacada et improvisation dans la marche 3^{ème} cours

20h15 : Volcadas et marches apilado, jeux rythmiques 3^{ème} cours

21h30 : Enchainements Gancho - piernaso - Boleo 3^{ème} cours

→ **Mercredi 20**

19h : Soltadas statiques et dynamiques 3^{ème} cours

20h15 : Traspilé, rebotes et cortes 3^{ème} cours

Vacances d'hiver

MARS 2019

→ **Mardi 12**

12h30 : Volcadas et colgadas tournantes 1^{er} cours

19h : Variations sur la salida en système parallèle et en système croisé 1^{er} cours

20h15 : Ochos sans pivots, croisés simultanés 1^{er} cours

21h30 : Changements de rôles dans les ganchos 1^{er} cours

→ **Mercredi 13**

19h : Barridas et ganchos 1^{er} cours

20h15 : Tours complets à gauche et à droite sur 2, 3 et 4 temps 1^{er} cours

→ **Mardi 19**

12h30 : Volcadas et colgadas tournantes 2^{ème} cours

19h : Variations sur la salida en système parallèle et en système croisé 2^{ème} cours

20h15 : Ochos sans pivots, croisés simultanés 2^{ème} cours

21h30 : Changements de rôles dans les ganchos 2^{ème} cours

→ **Mercredi 20**

19h : Barridas et ganchos 2^{ème} cours

20h15 : Tours complets à gauche et à droite sur 2, 3 et 4 temps 2^{ème} cours



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires

Programme & calendrier des mardis et mercredis à Montpellier - saison 2018/19

MARS 2019

→ Mardi 26

- 12h30 : Volcadas et colgadas tournantes 3^{ème} cours
- 19h : Parada sur un ocho arrière 1^{er} cours
- 20h15 : Ochos sans pivots, croisés simultanés 3^{ème} cours
- 21h30 : Changements de rôles dans les ganchos 3^{ème} cours

→ Mercredi 27

- 19h : Barridas et ganchos 3^{ème} cours
- 20h15 : Tours complets à gauche et à droite sur 2, 3 et 4 temps 3^{ème} cours

AVRIL 2019

→ Mardi 2

- 12h30 : Volcadas et colgadas tournantes 4^{ème} cours
- 19h : Parada sur un ocho arrière 2^{ème} cours
- 20h15 : Ochos sans pivots, croisés simultanés 4^{ème} cours
- 21h30 : Changements de rôles dans les ganchos 4^{ème} cours

→ Mercredi 3

- 19h : Barridas et ganchos 4^{ème} cours
- 20h15 : Tours complets à gauche et à droite sur 2, 3 et 4 temps 4^{ème} cours

→ Mardi 9 et Mardi 16

- 12h30 : Révisions du 2^{ème} trimestre
- 19h : Révisions du 2^{ème} trimestre
- 20h15 : Révisions du 2^{ème} trimestre
- 21h30 : Révisions du 2^{ème} trimestre

→ Mercredi 10 et Mercredi 17

- 19h : Révisions du 2^{ème} trimestre
- 20h15 : Révisions du 2^{ème} trimestre

Vacances de Pâques

MAI 2019

→ Mardi 7

- 12h30 : Boleos au sol 1^{er} cours
- 19h : Ocho cortado et improvisation 1^{er} cours
- 20h15 : Soltadas 1^{er} cours
- 21h30 : Séquences extraordinaires 1^{er} cours

→ Mercredi 8

- 19h : Adornos pour danseuses et danseurs 1^{er} cours
- 20h15 : Barridas rythmiques et variations sur les barridas 1^{er} cours



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

Cours hebdomadaires

Programme & calendrier des mardis et mercredis à Montpellier - saison 2018/19

MAI 2019

→ **Mardi 14**

- 12h30 : Boleos en miroir 2^{ème} cours
- 19h : Ocho cortado et improvisation 2^{ème} cours
- 20h15 : Soltadas 2^{ème} cours
- 21h30 : Séquences extraordinaires 2^{ème} cours

→ **Mercredi 15**

- 19h : Adornos pour danseuses et danseurs 2^{ème} cours
- 20h15 : Barridas rythmiques et variations sur les barridas 2^{ème} cours

→ **Mardi 21**

- 12h30 : Boleos 3^{ème} cours
- 19h : Ocho cortado et improvisation 3^{ème} cours
- 20h15 : Soltadas 3^{ème} cours
- 21h30 : Séquences extraordinaires 3^{ème} cours

→ **Mercredi 22**

- 19h : Adornos pour danseuses et danseurs 3^{ème} cours
- 20h15 : Barridas rythmiques et variations sur les barridas 3^{ème} cours

→ **Mardi 28**

Festival TangoSud - pas de cours

→ **Mercredi 29**

Festival TangoSud - pas de cours

JUIN 2019

→ **Mardi 4 et mardi 11**

12h30 / 19h / 20h15 / 21h30 : Révisions annuelles

→ **Mercredi 5 et mercredi 12**

19h / 20h15 : Révisions annuelles

Fin des cours