



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class 'Colgalez comme vous voulez'

15, 16, 17 mars 2019

dirigées par Jean Sébastien RAMPAZZI  
& Virginie Bournaud

Cette 10<sup>ème</sup> saison de Master Class est placée sous le signe du rythme et de la détente. Tout au long de l'année nous consacrerons dans tous les cours un peu de temps et beaucoup d'attention pour cultiver le rythme dans une vraie détente corporelle. Nous espérons ainsi trouver un accord juste dans l'improvisation avec notre partenaire, dans le respect du groupe, dans l'espace et les appuis donnés par la musique.

**NB : le nombre de participants admis par cours est limité à 18 couples. Afin de garantir votre participation, il est impératif de vous inscrire au préalable, en écrivant à [jsrampazzi@free.fr](mailto:jsrampazzi@free.fr) ou en téléphonant au +33 (0)6 61 29 65 37.**

**Pour recevoir personnellement le programme merci de nous écrire à [jsrampazzi@free.fr](mailto:jsrampazzi@free.fr)**

**L'accès au cours ne sera possible que dans la limite des places disponibles.**

## Vendredi 15 mars

20h -22h30 / Atelier Transversal

### Colgada courte ou colgada longue, de face ou de profil ?

*Niveaux intermédiaire à avancé - durée 2h30 !!!*

**Dans l'Atelier Transversal, nous vous proposons de nous retrouver 2h30 en studio, tous les mois, pour un brain/body storming autour d'un thème spécifique en rapport avec le tango argentin. Il s'agit d'un véritable lieu d'ouverture, de recherche, d'échange de points de vue et de partage.**

→ Pour ouvrir ce week-end principalement consacré aux colgadas, nous nous intéresserons à leur durée.

Après s'être exercés aux quelques principes fondamentaux indispensables pour les colgadas, nous travaillerons tout d'abord sur 2 exemples de colgadas tournantes et nous ferons varier leur durée.

Nous commencerons par un passage bref et augmenterons ensuite le temps de rotation.

Nous chercherons alors à conserver 100% de la détente initiale, quel que soit le temps passé à tourner.

Nous verrons ensuite les cas où les partenaires ont les bassins perpendiculaires et travaillerons différentes façons pour le danseur de circuler autour de la danseuse pour maintenir cette position ou induire un retour face à face.

Et pour finir, en nous appuyant sur le développement d'un tour classique, nous travaillerons sur les directions de sortie : pivot vers l'arrière, vers l'avant ou pas latéral.

samedi 16 et dimanche 17mars →



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class 'Colgalez comme vous voulez'

15, 16, 17 mars 2019

## Samedi 16 mars 4 cours collectifs

### 14h -15h20 / Les Indispensables du tango

#### **Colgadas dans un tour à droite, enchaînées sur les 3 positions.**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

→ Nous travaillerons ici sur un enchaînement fondamental basé sur un tour à droite – que nous pourrions réaliser aussi à gauche.

Nous travaillerons sur 2 alternatives : soit le danseur marche du début à la fin en même temps que la danseuse, sans faire un seul pas supplémentaire, soit il fait au moins 2 pas pour 1 pas de la danseuse.

Nous verrons comment ces 2 séquences permettent de tourner plus ou moins, l'une s'apparentant à un tour classique avec sacadas du danseur, l'autre se rapprochant plutôt d'une sorte de déboulé à 2. Dans les 2 cas, les frissons sont garantis...

### 15h30 -16h50 / La séquence TaVaMi - tango, vals, milonga

#### **Colgadas et volcadas enchaînées – résolution avec gancho.**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**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.

Nous démarrerons ce cours par un travail sur la posture dans lequel nous expérimenterons l'incroyable similitude entre une volcada et une colgada. Nous renforcerons notre conscience des appuis dans le sol pour réussir à maintenir le bassin dans la bonne position et chercherons à conserver la meilleure souplesse dans l'abrazo.

Nous apprendrons la séquence en nous appuyant sur l'élan communicatif des valse, avant de tout resserrer pour les marches rapides de la milonga, et terminerons en jouant avec les accélérations et ralentis suggérés par certains tangos.

suite samedi 16 mars →



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class 'Colgalez comme vous voulez'

15, 16, 17 mars 2019

## Samedi 16 mars 4 cours collectifs

### 17h00-18h20 Milonga Traspitié et Lisa - bases et séquences spéciales

#### **Croisés simultanés et colgadas.**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

→ Tout en nous efforçant de trouver la plus grande détente, nous commencerons par travailler individuellement sur certaines figures rythmiques.  
Nous verrons ensuite l'importance des appuis dans les croisés pour conserver au rythme tout son mordant et sa tranquillité.  
Nous travaillerons ensuite en couple et ajouterons de brèves mais réelles colgadas qui viendront merveilleusement enrichir les croisés simultanés et donner beaucoup de relief à nos milongas.

### 18h30 -20h / Mouvements et Musicalité

#### **Soltadas et colgadas en ligne et tournante - appuis dynamiques dans les soltadas, sur des tangos nuevos.**

*Niveau avancé*

**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 combinerons lors de 2 superbes séquences originales l'espace des colgadas à celui des soltadas.

Les colgadas nécessitent de réels appuis dans l'abrazo - appuis sur lesquels les partenaires comptent pour trouver un équilibre de couple.  
Toute la difficulté résidera ici à garder ces appuis partagés malgré les soltadas.  
Nous verrons ensemble comment garder la continuité des appuis et comment utiliser les soltadas pour « respirer » dans une colgada.



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class 'Colgalez comme vous voulez'

15, 16, 17 mars 2019

## Dimanche 17 mars 3 cours collectifs

### 14h -15h20 / Rythmes dans les fondamentaux du tango

#### **Ganchos et colgadas rythmiques.**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

→ Comme pour les séquences gancho - boleó et sacada - boleó vues les 2 derniers mois, les enchaînements gancho - colgada offrent des occasions uniques d'éprouver et de ressentir un réel partage d'appuis.

Partage des appuis au sol et partage des appuis entre les partenaires.

Nous travaillerons sur une très belle séquence à partir d'une parada.

Nous aurons tout au long de la séquence plusieurs options, et en particulier la possibilité, après avoir fait le gancho, de prolonger la suspension par une colgada tout en spirale dans laquelle le danseur et la danseuse tournent l'un autour de l'autre. A ne pas manquer !

### 15h30 -16h50 / Vals

#### **Cadenas de colgadas à 360° !**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

→ Nous allons travailler ici sur une séquence reine dans l'univers des colgadas. En alternant les positions de croisé avant et d'ouverture pour les danseuses, nous créerons un enchaînement dans lequel les danseurs feront systématiquement un pas de plus en s'appuyant sur le 1er temps. En augmentant peu à peu la rotation sur chaque nouvel appui du danseur, nous obtiendrons un enchaînement dans lequel les danseuses font un tour complet sur chaque nouveau pas. Le couple évolue alors dans une lente mais intense progression vers l'avant, déployant beaucoup de dynamique dans peu d'espace.

### 17h -18h30 / Improvisation - créativité, liberté et aisance

#### **Altérations et colgadas.**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**Chaque mois, dans le dernier cours du week-end, nous chercherons, à l'aide d'exercices spécialement conçus, à développer notre capacité à improviser.**

→ Chaque participant/e utilisera comme base son propre vocabulaire de tango et nous l'amènerons à

- créer de nouveaux pas,
- se sentir plus libre dans le développement improvisé de sa chorégraphie,
- et acquérir plus d'aisance dans la danse qu'il partage avec sa ou son partenaire.



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class 'Colgalez comme vous voulez'

15, 16, 17 mars 2019

## Dimanche 17 mars 3 cours collectifs

**17h -18h30 / Improvisation - créativité, liberté et aisance** (suite)

En enchaînant une colgada juste derrière une altération, nous aurons l'occasion de nous servir de la dynamique de mouvement donnée par l'altération. Tout va consister ici à recueillir cette dynamique sans en perdre une miette, pour la mettre au service de la colgada.

Nous aurons alors dans ce cas un début de colgada tout en finesse et détente.

Nous travaillerons tout d'abord sur 2 altérations et, après avoir vu quelques points techniques fondamentaux, nous verrons comment utiliser la dynamique et la mettre au service de plusieurs types de colgadas : en ligne ou tournante, de face ou de profil pour les danseuses.

Nous finirons par appliquer tous ces principes à des mouvements plus courts afin de pouvoir les utiliser quand bon nous semble !

**Tous les cours se déroulent au club Nrgym, 340 rue des Pyrénées, 75020 Paris  
M° Jourdain (nouveau code : 26879) au fond de la cour, 1<sup>er</sup> étage**

→ Si vous ne trouvez pas de partenaire et/ou pour les réservations, contactez Jean Sébastien :  
[jsrampazzi@free.fr](mailto:jsrampazzi@free.fr) ou bien **+33 (0)6 61 29 65 37**

## Tarifs

par personne pour un même weekend

1 cours ou Atelier Transversal	25 €	Pass weekend complet / l'atelier Transversal et 7 cours collectifs : 150 €
2 cours	48 €	
3 cours	70 €	
4 cours	90 €	
5 cours	108 €	
6 cours	125 €	
7 cours	138 €	

**Et notez dès à présent toutes les dates des Master Class à venir pour la saison 2018/2019 :**

→ 12, 13, 14 avril 2019  
→ 10, 11, 12 mai 2019  
→ 7, 8, 9 juin 2019

→ 5, 6, 7 juillet 2019  
→ 2, 3, 4 août 2019



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class

## le rendez-vous mensuel à Paris

**3 jours, 7 cours, un atelier, pour approfondir ses connaissances, développer sa maîtrise du tango, de la valse et de la milonga, acquérir aisance technique, appuis rythmiques, musicalité du mouvement, écoute mutuelle.**

Ces rendez-vous pédagogiques ont pour objectif que chaque danseuse et danseur développe progressivement sa propre danse en travaillant sur certains éléments techniques indispensables.

→ 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 comprenons ensemble comment chacun contribue 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.

A la fin des cours nous proposons un résumé où chaque point important est repris une dernière fois.

**Tous les cours se déroulent au club Nrgym, 340 rue des Pyrénées, 75020 Paris  
M° Jourdain (nouveau code : 26879) au fond de la cour, 1<sup>er</sup> étage**

Chaque week-end est organisé de la façon suivante :

## Les vendredis

**20h - 22h30 / Atelier Transversal**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

## Les samedis

**14h - 15h20 / Les indispensables du tango**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**15h30 - 16h50 / Séquence TaVaMi - tango, vals, milonga**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**17h - 18h20 / Milonga Traspí et Lisa**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**18h30 - 20h / Mouvements et musicalité**

*Niveau avancé*



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class

## le rendez-vous mensuel à Paris

### Les dimanches

**14h - 15h20 / Rythmes dans les fondamentaux du tango**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**15h30 - 16h50 / Vals**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

**17h - 18h20 / Improvisation - créativité, liberté, aisance**

*Niveaux intermédiaire à avancé*

#### Intentions pédagogiques

Les 7 cours et atelier du week-end sont complètement indépendants les uns des autres, mais une certaine continuité pédagogique sera assurée tout au long de chaque week-end.

Lors des soirées *Atelier TRANSVERSAL*, nous vous proposons de nous retrouver 2h30 en studio, tous les mois, pour un brain/body storming autour d'un thème spécifique en rapport avec le tango argentin.

Il s'agit d'un véritable lieu d'ouverture, de recherche, d'échange de points de vue et de partage.

Au début de la soirée, nous présentons le thème de l'atelier : cela peut être un élément chorégraphique (ganchos, saccadas, boleos...), un principe dynamique et postural (volcadas, colgadas, soltadas...), une séquence rythmique, ou encore un ensemble plus large comme la milonga traspie, les 3 temps de la valse...

Chaque participant est ensuite invité à chercher, pratiquer, réagir, développer, créer et partager les découvertes avec tout le groupe !

Nous sommes là pour canaliser le flot des propositions, donner des éléments techniques, répondre aux questions et/ou développer une proposition lorsque cela est nécessaire.

#### → Les indispensables du tango

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Chaque mois nous abordons un élément indispensable à l'élaboration d'une technique de tango complète : giros, sacadas, barridas, ganchos, boleos, volcadas, colgadas, calecitas, cunitas, altérations, soltadas... un tour d'horizon complet tout au long de l'année !

#### → Séquence *TaVaMi* - tango, vals, milonga

*Niveaux intermédiaire à avancé*

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.



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class

## le rendez-vous mensuel à Paris

### → Milonga Traspie et Lisa

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Tous les aspects de la milonga Traspie sont abordés : transfert du poids, rythmes, jeux, ornementation, connexion, séquences spéciales 100% Traspie !

...et tous ceux de la milonga Lisa aussi : marches rythmiques, ornementation, croisés simultanés, abrazo, séquences spéciales, tours, cortes, rebotes...

### → Mouvements et musicalité

*Niveau avancé*

Chaque mois, nous travaillons dans ce cours sur l'aspect musical du mouvement et cherchons, par cette nouvelle approche, à dépasser les difficultés techniques que la plupart des mouvements traditionnels ou modernes du tango nous opposent.

Nous menons en parallèle un travail musical approfondi - tout en gardant nos objectifs de danseurs, et non de musiciens - sur un morceau de tango.

### → Les rythmes dans les fondamentaux du tango

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Chaque mois, nous travaillons dans ce cours sur l'aspect rythmique du mouvement et cherchons, par cette nouvelle approche, à dépasser les difficultés techniques que la plupart des mouvements fondamentaux du tango nous opposent.

### → Vals

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Des particularités rythmiques à la compréhension musicale, en passant par des séquences spéciales, nous abordons tout ce qu'il faut savoir sur la valse !

### → Improvisation - créativité, liberté, aisance

*Niveaux intermédiaire à avancé*

Chaque mois, dans le dernier cours du week-end, nous cherchons, à l'aide d'exercices spécialement conçus, à développer notre capacité à improviser.

Chaque participant/e utilisera comme base son propre vocabulaire de tango et nous l'amenons à créer de nouveaux pas, se sentir plus libre dans le développement improvisé de sa chorégraphie, et acquérir plus d'aisance dans la danse qu'il partage avec sa ou son partenaire.





COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

# Master Class

## le rendez-vous mensuel à Paris

### Tarifs

par personne pour un même weekend

#### Abonnements annuels :

1 cours ou Atelier Transversal	25 €
2 cours	48 €
3 cours	70 €
4 cours	90 €
5 cours	108 €
6 cours	125 €
7 cours	138 €

Pass weekend complet / l'atelier Transversal et  
7 cours collectifs : 150 €

NB : Le nombre de participants admis par cours est limité à 18 couples.

Afin de garantir votre participation, il est impératif de vous inscrire au préalable, en écrivant à [jsrampazzi@free.fr](mailto:jsrampazzi@free.fr) 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.

**Et notez dès à présent toutes les dates des Master Class pour toute la saison 2018/19 :**

- 7, 8, 9 septembre 2018
- 5, 6, 7 octobre 2018
- 9, 10, 11 novembre 2018
- 7, 8, 9 décembre 2018
- 11, 12, 13 janvier 2019
- 8, 9, 10 février 2019
- 15, 16, 17 mars 2019
- 12, 13, 14 avril 2019
- 10, 11, 12 mai 2019
- 7, 8, 9 juin 2019
- 5, 6, 7 juillet 2019
- 2, 3, 4 août 2019

Vous pouvez consulter tout le programme détaillé des prochaines Master Classes.