



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

## TANGO AL SUR #6

Du 23 au 28 octobre 2023 - Montpellier

Victoria Vieyra et Jean-Sébastien Rampazzi

17 heures de cours et 12 heures de pratique dirigée

300 euros par personne

**Limité à 12 couples**

Programme du séminaire :

Les sorties, en matinées et soirées, sont en option - elles pourront occasionner des frais supplémentaires, et ne sont pas incluses dans le prix du séminaire.

Les pratiques dirigées, de 17h00 à 19h00, sont un prolongement pédagogique pour les participants au séminaire.

Ces pratiques s'inscriront dans la continuité des cours et nous permettront de prolonger les échanges autour des thématiques de la journée...dans une ambiance conviviale et familiale, et dans un esprit de grande détente !

Tous les cours et pratiques ont lieu la Maison du Tango, 40 rue Favre de Saint Castor 34080 Montpellier – Tram ligne 3 arrêt Celleneuve

### LUNDI 23

Matinée

10h00

Rencontre Place de la Canourgue, le temps d'un café.

Après-midi – Cours

13h30 – 14h30

Technique fondamentale danseuse/danseur par Jean-Sébastien et Victoria :

Routine d'échauffements et d'étirements pour un mouvement libre et naturel dans le tango ; posture, technique de marche, technique des pivots, détails de pieds, hélice corporelle, abrazo. Travail spécifique individuel et en couple en relation avec les besoins techniques du jour.

- 14h45 – 15h45 Tango et Milonga : séquence spéciale sur place ; media luna ; rythmes fondamentaux et variations. Passage du tango à la milonga en gardant la même rythmique.
- 16h00 – 17h00 Tango et Vals : Marches et volcadas ; croisé de la salida et autres croisés dans la marche ; choix des appuis rythmiques dans la valse.
- 17h00 – 19h00 Pratique dirigée : Programmation musicale par Victoria ; ses orchestres préférés du moment, ses coups de cœur...

## MARDI 24

Matinée Pour tous ceux qui le souhaitent, courses sur le marché des halles Laissac et déjeuner sur place

### Après-midi – Cours

- 13h30 – 14h30 Technique fondamentale danseuse/danseur par Jean-Sébastien et Victoria :  
Routine d'échauffements et d'étirements pour un mouvement libre et naturel dans le tango ; posture, technique de marche, technique des pivots, détails de pieds, hélice corporelle, abrazo. Travail spécifique individuel et en couple en relation avec les besoins techniques du jour.
- 14h45 – 15h45 Tango et Milonga : Reprise des éléments du lundi.  
Passage de la séquence **Lisa** vue lundi à une séquence **Traspié**.  
Passage du tango à la milonga.
- 16h00 – 17h00 Tango et Vals : Reprise des éléments du lundi ; marches avec volcadas et passages aux colgadas ; Jeux rythmiques et dynamiques.
- 17h00 – 19h00 Pratique dirigée : Programmation musicale par Victoria ; ses orchestres préférés du moment, ses coups de cœur...

## MERCREDI 25

Matinée Virée dans une "folie" et son vignoble avec dégustation de ses vins...

### Après-midi – Cours

- 13h30 – 14h30 Technique fondamentale danseuse/danseur par Jean-Sébastien et Victoria :

Routine d'échauffements et d'étirements pour un mouvement libre et naturel dans le tango ; posture, technique de marche, technique des pivots, détails de pieds, hélice corporelle, abrazo. Travail spécifique individuel et en couple en relation avec les besoins techniques du jour.

- 14h45 – 15h45 Tango et Milonga : Séquences de quelques illustres milongueros/as des années 40-50 ; transmettre et rendre vivant le patrimoine, les pas, les signatures de ces grandes figures du tango.
- 16h00 – 17h00 Tango et Vals : Musicalité – comment accorder sa danse à la musique. Rythmes et phrases musicales. Utilisation d'une valse choisie pour l'occasion. Utilisation de la séquence vue lundi et mardi.
- 17h00 – 19h00 Pratique dirigée : Programmation musicale par Jean-Sébastien ; ses orchestres préférés du moment, ses coups de cœur...
- 20h00 – 00h30 Sortie dans un restaurant...

## JEUDI 26

Matinée Si le soleil est au rendez-vous, balade dans les dunes et la plage du petit travers et quelques pas de danse sur le sable humide !

### Après-midi – Cours

- 13h30 – 14h30 Relâche
- 14h45 – 15h45 Tango et Milonga : Musicalité – comment accorder sa danse à la musique. Rythmes et phrases musicales. Utilisation d'un tango et d'une milonga choisis pour l'occasion. Reprise des séquences vues mercredi.
- 16h00 – 17h00 Tango et Vals : Tours et colgadas ; utilisation de la force centrifuge. Application à la média-luna vue lundi et mardi.
- 17h00 – 19h00 Relâche

## VENDREDI 27

Matinée Visite du vieux Montpellier.

## Après-midi – Cours

- 13h30 – 14h30 Technique fondamentale danseuse/danseur par Jean-Sébastien et Victoria :  
Routine d'échauffements et d'étirements pour un mouvement libre et naturel dans le tango ; posture, technique de marche, technique des pivots, détails de pieds, hélice corporelle, abrazo. Travail spécifique individuel et en couple en relation avec les besoins techniques du jour.
- 14h45 – 15h45 Tango et Milonga : Milonga lisa ou Milonga traspilé ? passage de l'une à l'autre – correspondances avec le tango et la valse.
- 16h00 – 17h00 Tango et Vals : Variations avec soltadas des séquences vues précédemment.
- 17h00 – 19h00 Pratique dirigée : Programmation musicale par Victoria ; ses orchestres préférés du moment, ses coups de cœur...

## SAMEDI 28

Matinée Déambulation et courses sur le marché bio des Arceaux puis auberge espagnole à la Maison du Tango !

Après-midi – Cours Training – improvisation

- 13h30 – 14h30 Technique danseuse/danseur par Jean-Sébastien et Victoria :  
Training
- 14h45 – 15h45 Tango et Milonga : Révisions, récapitulatif, échanges autour des éléments acquis pendant la semaine – training à partir des éléments les plus essentiels. Comprendre et pratiquer l'essence de l'improvisation.
- 16h00 – 17h00 Tango et Vals : Révisions, récapitulatif, échanges autour des éléments acquis pendant la semaine – training à partir des éléments les plus essentiels. Comprendre et pratiquer l'essence de l'improvisation.
- 17h00 – 19h00 Pratique de despedida : Di Sarli, D'Arienzo, Biaggi, Canaro, Troilo...