

COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

## ‘Enlacement et jambes entrelacées’ Ou l’art d’ajuster l’abrazo dans les ganchos et enganches

Master Class 1<sup>er</sup> et 2 juin 2024

Jean Sébastien RAMPAZZI & Virginie BOURNAUD

Tout au long de cette 15<sup>ème</sup> saison nous continuons à vous accompagner dans le développement de votre danse au moyen de la prise de conscience corporelle et posturale. Nous cultivons les rythmes fondamentaux et l’expression musicale qui en découle et cherchons inlassablement à vous conduire vers plus de liberté dans votre tango.

Le mois dernier, nous avons questionné notre abrazo en nous confrontant à diverses soltadas. Ce mois-ci, nous allons poursuivre ce questionnement en éprouvant notre abrazo lors de divers ganchos et enganches.

Ces entrelacements de jambes nous donneront l’occasion de mieux comprendre et éprouver les liens directs existants entre les bras et les jambes, et le besoin constant de se libérer de nos tensions pour danser dans la plus grande détente.

Enfin, au-delà d’un travail technique complet, nous chercherons à développer une danse toute en relief et respirations, dans laquelle l’instant présent est plus que jamais choyé.

Pour recevoir personnellement le programme merci de nous écrire à [jsrampazzi@gmail.com](mailto:jsrampazzi@gmail.com)

Afin de garantir votre participation, il est impératif de vous inscrire au préalable, en écrivant à [jsrampazzi@gmail.com](mailto:jsrampazzi@gmail.com) 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 (**14 couples maximum**)

NB : Nous préférons désigner par le terme « guideur-se-s » le rôle des personnes qui guident, et par le terme « guidé-e-s » le rôle des personnes qui sont guidées.

Samedi 1<sup>er</sup> juin 2024

4 cours collectifs

**14h00-15h20 Les Indispensables du tango – niveaux intermédiaire à avancé**  
**Enganches « glissés » dans un tour à droite et gancho traditionnel**

Pour débiter ce week-end entièrement consacré à l’abrazo à travers diverses séquences traversant des ganchos et enganches, nous travaillerons sur une très belle séquence basée sur

un tour à droite avec sacadas, résolu par un gancho des guidé-e-s.

Nous commencerons par travailler sur le tour à droite, et verrons comment développer un partage constant des appuis dynamiques au sol et dans l'abrazo, en combinant un certain maintien et une profonde détente.

Puis, tout en répétant la structure des 2 premières positions du tour, nous profiterons de la 1<sup>ère</sup> sacada des guideur-se-s sur le pas de croisé avant des guidé-e-s pour réaliser un enganche qui accompagnera sur toute sa longueur le pas des guidé-e-s...et modifiera le déploiement des pas du tour puisque nous n'aurons plus de croisé arrière, mais une succession d'enchaînements « croisé avant – ouverture » et une alternance jambe droite – jambe gauche pour réaliser les enganches.

Pour clore cette séquence, nous reprendrons le fil du tour et réaliserons un gancho traditionnel sur la position d'ouverture ou de croisé arrière - ou sur les deux ! des guidé-e-s.

### **15h30-16h50 La séquence « TaVaMi » Tango/Vals/Milonga – niveau inter/avancé Sacadas et ganchos dans les marches tournantes**

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.

Dans ce cours Tango, Vals et Milonga nous travaillerons sur une superbe séquence permettant de se déplacer dans le bal tout en tournant ou de tourner sur place sans utiliser les circulations habituelles dans les tours, c'est à dire sans passer par les enchaînements « croisé avant – ouverture – croisé arrière ».

Nous travaillerons tout d'abord sur la séquence sans sacada ni gancho et chercherons à assimiler les points essentiels pour réussir les marches tournantes avec aisance et fluidité. Nous verrons ensuite comment moduler les placements de nos appuis au sol pour accéder librement aux sacadas, et ensuite, à l'aide de quelques ajustements supplémentaires, aux ganchos...le tout sur chacun des 3 rythmes.

### **17h00-18h20 Milonga Traspilé et Lisa – bases et séquences spéciales – niveau inter/avancé Caminatas, ganchos y cuñitas dans la milonga**

Pour aborder la grande variété de combinaisons et variations que permettent l'association des ganchos avec les cuñitas, nous travaillerons sur une très belle séquence permettant de passer du système parallèle au système croisé en passant d'une cuñita à l'autre tout en ornementant de ganchos et enganches.

Nous danserons tout d'abord sur la pulsation de milongas rapides en utilisant seulement des marches (caminatas) emboîtées ; ensuite, toujours sur la pulsation, nous ajouterons des cuñitas que nous ferons dans un mouvement assez tournant. Puis nous verrons comment rythmer les mouvements en dansant sur des milongas plus lentes et, pour avoir accès aux contre-temps, réduirons la rotation lors des cuñitas.

Enfin, sur les contre-temps, nous ajouterons les ganchos tout en gardant le mouvement de berceement des cuñitas sur le temps. Un vrai bonheur !

### **18h30-20h00 Mouvements et Musicalité – niveau avancé Soltadas, ganchos et barridas...sur des tangos nuevos**

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 volet de la journée, nous combinerons *soltadas*, *barridas* et *ganchos* à partir de *giros* ou depuis une *parada*.

Nous travaillerons sur 2 séquences :

- L'une commençant par un très beau *gancho* traditionnel des *guideur-se-s* sur la position de croisé arrière des *guidé-e-s* dans un tour à gauche.  
Puis, à l'aide d'une *soltada*, les *guideur-se-s* prendront soit de l'avance pour réaliser une *sacada* sur le croisé avant des *guidé-e-s* à l'aide d'une pirouette, soit du retard en tournant dans le sens opposé et clôturer la séquence, là aussi par une *sacada*.
- L'autre commencera par une *parada* sur un croisé arrière en système parallèle, suivi par une *barrida* très inhabituelle, et résolue par un *gancho* semblant s'enrouler autour des *guideur-se-s*.

Ébouriffant et virtuose !

Dimanche 2 juin 2024

2 cours collectifs

### **14h00-15h20 Rythmes dans les Fondamentaux du tango – niveaux intermédiaire à avancé Barridas et ganchos**

Ici nous travaillerons sur 2 magnifiques séquences mêlant intimement *barridas* et *ganchos*.

La première, basée sur une marche en système croisé, nous permettra de déployer tout ce qui nous est le plus précieux dans notre tango : un *abrazo* souple, une structure posturale stable, une marche libre et détaillée, et une grande écoute entre les partenaires. Nous réaliserons des *barridas-ganchos ida y vuelta* (aller-retour) et verrons comment jouer rythmiquement sur chaque articulation du mouvement.

La seconde, très complémentaire de la première, bousculera nos habitudes, aussi bien sur l'*abrazo* que sur les *barridas* et *ganchos*. A partir d'une *parada*, les *guideur-se-s* réaliseront une *barrida* qui conduira les pieds des partenaires à la hauteur des genoux, avant de redescendre pour prendre appui, pivoter ensemble et résoudre par un *gancho* sur la position d'ouverture des *guidé-e-s*.

Du beau tango !

### **15h30-16h50 Vals – niveau inter/avancé Ganchos multiples et calesitas**

Tout au long de ce moment consacré à la valse nous nous appuierons alternativement sur les 3 temps, les 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> temps, ou les 1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> temps.

Nous travaillerons conjointement sur 2 séquences permettant d'enchaîner un ou plusieurs *ganchos* des *guidé-e-s* avec une *calesita*. Suivant l'option choisie – *gancho* sur la position d'ouverture ou sur la position de croisé arrière des *guidé-e-s* – et l'humeur du moment, nous pourrions donner différentes rythmiques et dynamiques à ces très belles séquences.

Les *ganchos* sur la position d'ouverture pourront être répétés tout au long de la *calesita*, combinant un certain jeu avec l'attention portée au maintien de l'équilibre des *guidé-e-s* ; les *ganchos* réalisés sur la position de croisé arrière donneront accès à une grande variété de dynamique, très proche de l'esprit de la valse argentine.

Un super combo !

Tous les cours se déroulent au centre de danse Feeling Dance.  
Il se situe sur les rives du canal de l'Ourcq, au 26 Quai de L'Aisne, 93500 Pantin.  
M° 5 - Hoche / RER E - Pantin / Tram 3b - Delphine Seyrig

Si vous ne trouvez pas de partenaire et/ou pour les réservations, contactez Jean-Sébastien :  
jsrampazzi@gmail.com ou bien 0661296537

## Tarifs

Par personne pour un même week-end :

1 cours 28€, 2 cours 53€, 3 cours 78€, 4 cours 100€, 5 cours 120€, Pass weekend complet 6 cours 140€

Et notez dès à présent toutes les dates

- Pour la fin de saison 2023/2024 :

29 et 30 juin 2024

- Et pour la saison 2024/2025 :

14 et 15 septembre 2024

12 et 13 octobre 2024

9 et 10 novembre 2024

7 et 8 décembre 2024

11 et 12 janvier 2025

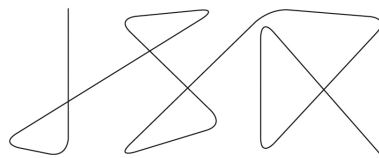
8 et 9 février 2025

8 et 9 mars 2025

5 et 6 avril 2025

3 et 4 mai 2025

7 et 8 juin 2025



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI