

COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

‘Sacadas & caminatas ou l’art de la marche’ Évolutions des sacadas des origines à nos jours

Master Class 7 et 8 juin 2025

Jean Sébastien RAMPAZZI & Virginie BOURNAUD

Tout au long de cette 16^{ème} saison de master class 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 et de détente dans votre tango.

Cette année nous encreurons notre travail autour d’éléments fondamentaux du tango et verrons quelques évolutions, des origines à nos jours...le tout ponctué, à chaque cours, d’une fantaisie chorégraphique, rythmique ou musicale.

Pour ce 10^{ème} rendez-vous de la saison nous vous proposons un week-end entièrement dédié aux marches et aux sacadas.

Au-delà du renforcement technique que la pratique de ces mouvements intimement mêlés nous permet, nous souhaitons ici enrichir notre répertoire et continuer à affiner nos écoutes mutuelles.

Ces sacadas et caminatas seront ici systématiquement mêlés et nous verrons en particulier comment les marches emboîtées, lorsqu’elles sont courbées, conduisent à des sacadas.

Altérations, soltadas, colgadas viendront ponctuer et enrichir nos séquences de sacadas et caminatas, toujours dans le soin d’en éprouver les nuances et les détails, et de garder constamment un lien avec l’improvisation.

Pour recevoir personnellement le programme merci de nous écrire à jsrampazzi@gmail.com

Afin de garantir votre participation, il est impératif de vous inscrire au préalable, en écrivant à 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 7 juin

4 cours collectifs

14h00-15h20 Les Indispensables du tango – niveaux intermédiaire à avancé
Enchaînements de 6 SACADAS AVANT pour guideur-se-s et guidé-e-s et passage aux SACADAS ARRIERE avec ou sans SOLTADA ; harmonisation de la longueur des pivots.

Pour bien comprendre la si difficile technique du pivot vers l'avant, nous commencerons par 10 minutes de travail individuel sur la technique fondamentale – Technique de marche, rôle de la torsion et mécanismes du pivot y seront détaillés.

Nous travaillerons ensuite en couple sur l'abrazo et le cadre dans lequel le couple va évoluer tout au long de la danse.

Nous apprendrons alors une séquence dans laquelle 2 sacadas s'enchaînent avec beaucoup de fluidité et où chaque détail de la danse est porté par une très grande écoute mutuelle du couple. Graduellement, nous ajouterons des sacadas pour en totaliser 6, et pour finir nous verrons comment remplacer certaines sacadas avant par des sacadas arrière – dans ce cas, nous verrons aussi comment placer une soltada, et détaillerons les ajustements nécessaires.

Fluidité de l'abrazo et précision seront au cœur de nos mouvements !

15h30-16h50 La séquence « TaVaMi » Tango/Vals/Milonga – niveau inter/avancé
Sacadas sur les positions d'ouverture combinées à des altérations – boleos al piso

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 magnifique séquence permettant de se déplacer dans le bal tout en tournant sans utiliser les circulations habituelles dans les tours, c'est à dire sans passer par les enchaînements « croisé avant – ouverture – croisé arrière ». La séquence commence comme une salida en système croisé et évolue, en privilégiant les positions d'ouvertures, en marche tournante.

Nous travaillerons tout d'abord sur la séquence en plaçant sur chaque ouverture des sacadas et des retours avec un boleos al piso, et chercherons à en assimiler les points essentiels pour réussir ces mouvements avec aisance et fluidité. Nous verrons ensuite comment moduler les placements de nos appuis au sol pour accéder librement à des sacadas plus marquées, et ajouterons ensuite, à l'aide de quelques ajustements supplémentaires, des altérations qui permettront de réaliser des sacadas pour les guidé-e-s à l'aller, et pour les guideur-se-s au retour...le tout sur chacun des 3 rythmes. A nous la piste !

17h00-18h20 Milonga Traspilé et Lisa – bases et séquences spéciales – niveau inter/avancé
Sacadas et soltadas dans les tours rythmiques sans pivots

Pour la milonga nous choisissons de travailler sur une superbe séquence dans laquelle un demi-tour à droite est suivi d'un demi-tour à gauche. Cette base relativement simple nous permettra une multitude de variations chorégraphiques plus ou moins importantes ; en ajoutant ou retranchant des pas nous pourrions aisément augmenter ou diminuer la longueur des tours.

Enfin, lorsque notre compréhension de la structure globale du mouvement et du rythme fondamental sera suffisante, nous ajouterons des soltadas qui nous permettront de mieux jouer

avec les rythmes de la milonga et d'en cultiver l'esprit. Un délice !

18h30-20h00 Mouvements et Musicalité – niveau avancé Caminatas, soltadas et sacadas... 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 cours de la journée nous nous lâcherons aux sens propre et figuré !
Lorsqu'elles sont liées à des soltadas, les sacadas deviennent un terrain de jeux incroyable sur lequel tout devient possible. Finis les inconforts et les limitations de l'abrazo. Tout en gardant une très belle fluidité de mouvement lors des transformations de l'abrazo, nous travaillerons sur des séquences qui permettent d'enchaîner, à partir de marches en système parallèle ou croisé, plusieurs sacadas pour les guideur-se-s et les guidé-e-s. Grace aux soltadas, à chaque nouveau pas de nouvelles possibilités se dessinent et nous stimulent sans relâche, pour notre plus grand plaisir. Réservé aux exporat-eur-riche-s !

Dimanche 8 juin 2 cours collectifs

14h00-15h20 Rythmes dans les Fondamentaux du tango – niveaux intermédiaire à avancé Séquence Sacada arrière des guideur-se-s suivie d'une sacada arrière des guidé-e-s...avec ou sans soltada.

Avec cette superbe séquence et l'approche qu'elle nécessite, nous travaillerons en profondeur sur l'art de s'ajuster dans l'abrazo et sur un partage sans compromis des pivots vers l'arrière pour les guideur-se-s comme pour les guidé-e-s.

Nous commencerons par travailler sur les positions relatives des partenaires au moment des sacadas et observerons quels sont les éléments qui conduisent à la meilleure aisance. Puis nous travaillerons individuellement sur la technique de pivot arrière lorsqu'il est se prolonge par une sacada. Une fois ces éléments réunis nous travaillerons sur l'enchaînement des sacadas sur des positions de croisés arrières pour les 2 partenaires, et affinerons les ajustements importants au niveau de l'abrazo.

Et enfin, nous verrons comment réaliser la même séquence, avec une soltada au beau milieu – enchaînée à la suite de la sacada des guideur-se-s et conduisant à la sacada des guidé-e-s après que les premier-e-s tournent autour des second-e-s !

15h30-16h50 Vals – niveau inter/avancé Marches tournantes avec sacadas, soltadas et colgadas – appuis sur 2 ou 3 temps

Nous allons ici valser à l'aide d'une séquence originale basée sur une marche tournante et ponctuée par des sacadas des guideur-se-s. Tout au long de ce cours, nous aurons le choix des résolutions de la séquence, avec ou sans colgada, avec ou sans soltada !

Nous débuterons par une marche en système parallèle et, avec une recherche constante de fluidité et de dynamique, nous travaillerons tout de suite sur l'aspect rythmique en nous servant majoritairement des 1ers et 2èmes temps de la valse ; nous utiliserons aussi occasionnellement les 3 temps lorsque nous ponctuerons d'adornos ou de cortes ce superbe enchaînement.

Tout au cœur de la valse !

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 les dernières dates pour la saison 2024/2025 :

5 et 6 juillet 2025

Et toutes celles pour la saison 2025/2026 :

20-21 septembre 2025

11-12 octobre 2025

15-16 novembre 2025

13-14 décembre 2025

10-11 janvier 2026

14-15 février 2026

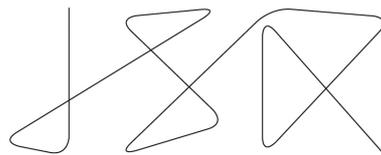
14-15 mars 2026

11-12 avril 2026

9-10 mai 2026

6-7 juin 2026

4-5 juillet 2026



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI