

COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

‘Sacadas pour les 2 rôles’ Rythmiques et musicalité dans les sacadas

Master Class 11 et 12 octobre 2025
Jean Sébastien RAMPAZZI & Virginie BOURNAUD

Tout au long de cette 17^{ème} saison de master class nous renouvelons le désir de 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.

Notre travail est toujours enraciné autour **d’éléments fondamentaux du tango** et permet d’incorporer ses **évolutions, des origines à nos jours** ; chaque cours est **ponctué d’une fantaisie chorégraphique, rythmique ou musicale**.

Pour ce 2^{ème} rendez-vous de la saison nous vous proposons un week-end entièrement dédié aux **sacadas pour guideur-se-s et guidé-e-s** ainsi qu’à **la rythmique des mouvements et aux respirations** qui nous permettent de les phraser.

Par cette approche, **l’expressivité** de notre danse est immédiatement rehaussée, et la plupart des difficultés techniques se trouvent déplacées. **Il en résulte un véritable renforcement technique sur la plupart des éléments abordés lors des différents modules.**

Tous les enchainements, composés à partir de sacadas pour les deux partenaires, seront enveloppés de **nuances expressives** et trouveront toute leur place dans vos **improvisations** !

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 11 octobre 2025

4 cours collectifs

14h00-15h20 Les Indispensables du tango – niveaux intermédiaire à avancé

Enchaînements de 2 à 8 SACADAS AVANT pour guideur-se-s et guidé-e-s et passage aux SACADAS ARRIERE ; harmonisation de la longueur des pivots et rythmique 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 – conscience du centre, 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 8, et pour finir nous verrons comment remplacer certaines sacadas avant par de superbes sacadas arrière.

Tout au long du cours, nous prendrons conscience des différentes rythmiques sur lesquelles se développent les pivots et rehausserons ainsi leur valeur expressive tout en renforçant notre technique.

15h30-16h50 La séquence « TaVaMi » Tango/Vals/Milonga – niveau inter/avancé

Sacadas sur les positions d'ouverture combinées à des altérations – variations dynamiques et rythmiques

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 l'enchaînement habituel dans les tours, c'est à dire sans passer par les classiques « croisé avant – ouverture – croisé arrière ». La séquence commence comme une salida en système croisé et évolue, en privilégiant les positions d'ouvertures, en marche tourmente.

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 et en jouant sur les contrastes donnés par l'alternance de ralentis, suspensions et accélérations. A nous la piste !

17h00-18h20 Milonga Trapié et Lisa – bases et séquences spéciales – niveau inter/avancé

Sacadas et soltadas dans les tours rythmiques avec ou 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. Notamment, nous ferons des tours avec le rythme fondamental « temps – temps – con-tre-temps », mais aussi exclusivement sur les temps, et pour finir, exclusivement sur les contre-temps. Un délice !

18h30-20h00 Mouvements et Musicalité – niveau avancé

Soltadas et sacadas... sur des tangos nuevos – importance des rythmes dans les soltadas

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 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.

Tout au long de ce dernier cours de la journée, nous prendrons soin de toujours envisager le mouvement, surtout lorsqu'il s'agit de *soltada*, à partir d'une phrase rythmique simple et consciente.

Réservé aux exporat-eur-ice-s !

Dimanche 12 octobre 2025

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 – ralenti au moment de la préparation des torsions

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, tout au long du travail, nous verrons comment réaliser un ralenti, sur une rythmique appropriée, lors de la préparation des pivots conduisant aux *sacadas*, et prendrons conscience de chaque torsion dans leurs moindres détails.

15h30-16h50 Vals – niveau inter/avancé

Cadena avec sacadas et suspension en colgada – appuis sur 2 ou 3 temps

Nous allons ici valser à l'aide d'une séquence originale basée sur une *cadena* (répétition d'un

enchaînement de 4 pas consécutifs) et ponctuée par des sacadas des guideur-se-s et des guidé-e-s.

Tout au long de ce cours, nous aurons le choix des résolutions de la séquence, avec ou sans colgada !

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, et occasionnellement des 3 temps lorsque nous ponctuerons d'adornos ou de cortes ; des suspensions au moyen de colgadas, plus ou moins amples, viendront donner tout son relief à ce superbe enchaînement. 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 toutes les dates 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

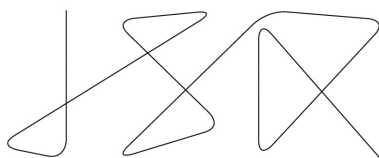
14-15 mars 2026

11-12 avril 2026

9-10 mai 2026

6-7 juin 2026

4-5 juillet 2026



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI