

COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI

## ‘Se lâcher pour mieux se retrouver – éprouver notre abrazo’ Soltadas mêlées aux giros, calesitas, ganchos et colgadas

Master Class 9 et 10 mai 2026

Jean Sébastien RAMPAZZI & Virginie BOURNAUD

Tout au long de cette 17<sup>ème</sup> 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 ancré 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**.

Que signifie l’**abrazo** dans le cadre du tango ? Nous chercherons à éprouver ce qu’engage le fait de **prendre quelqu’un dans les bras**, ce que nous y mettons **de personnel, de sensible, de technique**, et recueillerons ce que ce partage nous permet de relancer dans le mouvement, le geste, l’action, le récit, l’énergie...

Nous verrons aussi, tout au long de ces 6 cours, comment les **soltadas**, le fait de faire et défaire l’abrazo, permettent de prendre conscience de nos éventuelles tensions, et de s’en libérer.

Ainsi, au-delà d’un **travail technique complet** sur les **soltadas mêlées aux giros, calesitas, ganchos et colgadas**, nous chercherons à développer une danse toute en **relief et respirations**, dans laquelle la détente est toujours présente.

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 9 mai 2026

4 cours collectifs

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

**Tour à gauche avec soltada et résolution en colgada – affirmation soutien du rythme dans les tours et fluidité de l'abrazo dans les soltadas**

Pour débiter ce week-end entièrement consacré à l'abrazo, nous travaillerons sur une très belle séquence basée sur un tour à gauche avec sacadas, résolu par une suspension portée par une subtile colgada.

Nous commencerons par travailler sur le tour à gauche, 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 gardant la structure du tour intacte, nous profiterons d'une sacada des guideur-se-s sur le pas d'ouverture des guidé-e-s pour réaliser une soltada dans laquelle les guideur-se-s passent « sous » les bras.

Le rythme sera notre moteur, notre terrain d'entente premier et chacun dans le couple viendra soutenir son élan pour développer un mouvement tout en accord et fluidité.

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

**Medio giro à droite avec soltada – soltada avec rebote – rythmes fondamentaux et variations**

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.

Cette séquence trouvera certainement dans notre répertoire une place de choix, que le rythme soit celui d'un tango, d'une valse ou d'une milonga.

Tout en exigeant une très grande aisance, et une connaissance intime des medio giros à droite – que nous reprendrons entièrement pour commencer, une fois travaillée et pratiquée, cette superbe séquence est par construction très ergonomique et deviendra vite très naturelle.

Nous détaillerons tous les points importants et pratiquerons un demi-tour à droite traditionnel, et apprendrons ensuite comment glisser une soltada, sans rien changer à sa structure rythmique.

Et enfin, nous verrons une variante dans laquelle la soltada est interrompue par un rebote, au moment même où les guideur-se-s tournent le dos à leur partenaire !

De quoi danser avec du rythme, tout en éprouvant notre connexion dans ses multiples facettes.

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

**Tour avec soltada, à la façon de Pepito Avellaneda – variations sur la soltada**

Pepito a été - et reste - une source d'inspiration pour plusieurs générations de danseurs dans la milonga. A plusieurs reprises nous avons travaillé dans le cadre des Master Class, quelques-unes de ses séquences les plus remarquables. Cette fois-ci, nous revenons sur un tour avec soltada entièrement dansé sur la pulsation (milonga lisa) et encadré par des temps et contretemps pour l'entrée et la sortie du tour. L'abrazo se fait et se défait avec beaucoup de fluidité, rythmé par les 2 temps de la milonga.

Dans la dernière partie du cours nous verrons aussi comment développer des variantes de la

soltada avec, notamment un demi-tour sur soi réalisé en simultané par les guideur-se-s et les guidé-e-s. Impossible ici de tomber dans la routine, tout y est : rythme, brio, jeux, connivence, modulations...un pur plaisir au cœur de la milonga !

### **18h30-20h00 Mouvements et Musicalité – niveau avancé** **Soltadas, ganchos et boleos lors d'une colgada...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.

Ici nous combinerons des boleos a favor ou en contra, des ganchos et des soltadas, en les plaçant au cœur même d'une colgada.

Ces combinaisons de très haut vol permettent d'exprimer une grande variété de détails rythmiques et musicaux et de parcourir toute une palette de dynamiques.

Devant ces séquences très exigeantes, nous avancerons progressivement, en les ajustant et en les adaptant pour que chacune et chacun puisse trouver le meilleur accord avec son niveau de pratique. Notamment, nous travaillerons chaque partie de séquences sans réaliser de colgada, et verrons progressivement comment les insuffler.

Frissons garantis !

Dimanche 10 mai 2026

2 cours collectifs

### **14h00-15h20 Rythmes dans les Fondamentaux du tango – niveaux intermédiaire à avancé** **Calesita résolue par une soltada en forme de pirouette et boleio**

Nous commencerons par travailler la technique du ocho avant en système parallèle et verrons comment prolonger de 360° le pivot des guidé-e-s en l'accompagnant d'une soltada. Nous réaliserons tout d'abord le geste sur le côté gauche, puis sur le côté droit et verrons comment adapter les soltadas en fonction du côté où nous nous trouvons.

Nous ferons ensuite la même chose avec un ocho arrière et verrons comment, dans les deux cas, la soltada peut être précédée d'un magnifique calesita.

Et enfin, dans le cas d'une amorce en ocho avant nous pourrions résoudre la calesita par un boleio avant, et dans le cas d'une amorce en ocho arrière, par un boleio arrière.

Le rythme sera le principal allier du couple de danse et nous cultiverons sereinement notre équilibre individuel ainsi que le partage de l'équilibre dans la dynamique, le timing dans le mouvement, la souplesse de l'abrazo...du beau tango !

### **15h30-16h50 Vals – niveau inter/avancé** **Altérations et soltadas marchées sur les 3 temps (123123...) de la valse ou sur 12..12...**

Avec beaucoup de fluidité et de jeux rythmiques propres à la valse, nous combinerons ici des altérations à des soltadas.

Après un temps de marche face à face, nous placerons une altération en système parallèle qui dynamisera le mouvement ; les partenaires partiront ensuite ensemble sur un croisé arrière, pour se lâcher, continuer à marcher, passer alors brièvement dos à dos, avant de se retrouver sur une position de croisé avant en miroir.

Après quelques temps de pratique des rythmes qui sont en jeu et des mouvements associés, nous vivrons là un pur moment de valse dans lequel la liberté prend corps !

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 2025/2026 :

6-7 juin 2026

4-5 juillet 2026

- Et pour la saison 2026/2027 :

12 et 13 septembre 2026

10 et 11 octobre 2026

7 et 8 novembre 2026

5 et 6 décembre 2026

9 et 10 janvier 2027

6 et 7 février 2027

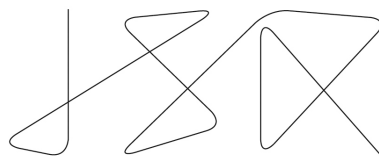
13 et 14 mars 2027

3 et 4 avril 2027

15 et 16 mai 2027

5 et 6 juin 2027

3 et 4 juillet 2027



COMPAGNIE JEAN SÉBASTIEN RAMPAZZI