

# chorège

cdcn  falaise  
normandie



49. Porter un filet  
de ballons.

80. Glisser dans  
un souffle.



## cours 2023 – 24

Danse contemporaine, africaine, hip-hop,  
entretien corporel, chant

# Danse contemporaine

Arnaud Chapus, danseur et professeur diplômé d'État

Entre exercices techniques et temps d'exploration, l'envie est de partager une expérience sensible. La création et l'expression ont la part belle, tout comme l'ouverture sur les écritures chorégraphiques de nos contemporains.

8-10 ans	mercredi 16h45-17h45	139€
11-15 ans	mercredi 17h45-19h	149€
Tous niveaux dès 16 ans	mercredi 19h30-21h	190€

# Danse pour les petit·e·s

Arnaud Chapus, danseur et professeur diplômé d'État

Apprendre à danser, c'est expérimenter de multiples manières de se mouvoir, jouer avec le rythme, occuper l'espace, coordonner ses mouvements... Sous des formes ludiques, l'apprentissage se fait progressivement pour amener les enfants vers la danse.

Éveil 4-5 ans	mercredi 15h45-16h30	133€
Initiation 6-7 ans	mercredi 14h30-15h30	139€



# Hip-hop

Arnold Anne, danseur et chorégraphe

Le hip-hop est une discipline riche et variée à découvrir dans sa grande diversité: Newstyle, Popping, Locking, House Dance et jusqu'au dancehall. Vocabulaire, culture, technique... tout y est enseigné avec une place pour l'improvisation.

Hip-hop dès 11 ans	lundi 17h30-18h30	120€
Hip-hop et dancehall dès 16 ans	lundi 18h30-19h30	120€



# Danse africaine

Wenceslas Bazemo, danseur et chorégraphe, diplômé de l'Institut National de Formation Artistique et Culturelle (Inafac) Burkina Faso, accompagné d'un percussionniste

Partez à la découverte de l'empire Mandingue (Afrique de l'Ouest) à travers ses danses, interprétées à l'origine à l'occasion de rites d'initiation, de baptêmes... Autant d'histoires qui racontent la vie quotidienne d'un peuple avant la colonisation, dont les clefs vous sont ici transmises pour les faire vôtres.

Tous niveaux dès 15 ans	lundi 20h-21h30	206€
----------------------------	-----------------	------

# Entretien corporel

Catherine Gamblin-Lefèvre, professeure d'EPS/certifiée Danse

Séances conviviales et variées basées sur le renforcement et l'étirement musculaire, l'amélioration de l'amplitude articulaire, de la coordination, de la mémorisation, de la relation au rythme et à l'espace, dans une recherche d'aisance corporelle, de détente et de plaisir.

Tous niveaux	mercredi 18h-19h15   34 séances	148€
--------------	---------------------------------	------

Gym douce	jeudi 10h-11h   30 séances	110€
Adaptée aux seniors et aux personnes en reprise d'activité physique.		

Gym très douce	jeudi 11h05-11h50   30 séances	80€
----------------	--------------------------------	-----

Dans le même esprit, ce nouveau cours est pensé pour les personnes plus âgées ou ayant des difficultés motrices. Les séances ont lieu essentiellement sur chaise, sur gros ballon ou sur tapis, avec une attention particulière pour le travail d'équilibre, de la prévention des chutes, de la coordination.

nouveau

# Chant

Nouveau-velle intervenant·e en cours de recrutement, plus d'informations à la rentrée...

Tous niveaux dès 15 ans	lundi 20h30-22h
----------------------------	-----------------



## Modalités d'inscription

→ Inscriptions au Forum des Associations samedi 2 septembre, 10h-17h

Puis, dans la limite des places disponibles, lors des 2 premières séances à la rentrée.

Deux séances d'essai sont offertes en début de saison. L'ouverture des cours s'entend sous réserve d'un nombre suffisant d'inscrit·e·s.

Les cours se déroulent du 11 sept. au 6 juil. (hors vacances scolaires, jours fériés et durant le Festival au mois de mai).

Le certificat médical est obligatoire tous les ans en danse contemporaine et pour les petit·e·s ; pour les autres activités un questionnaire de santé devra être complété.

Le règlement peut se faire en 1 à 3 fois, échelonné jusqu'en décembre.

Une réduction de 10% est appliquée à partir de 2 activités régulières par foyer et 15% à partir de 3 activités.

→ Pour participer à la vie de l'association et soutenir Chorège, l'adhésion facultative est de 10€ pour les majeur·e·s, 5€ pour les mineur·e·s.

## Au-delà des cours...

Des rendez-vous chorégraphiques sont proposés toute l'année :

→ Le temps fort *Flash, La danse par les temps qui courent*

du 4 nov. au 6 déc. 2023

→ Un spectacle danse & cirque, dans le cadre du festival *SPRING*

mercredi 27 mars 2024

→ Le festival annuel *Danse de tous les Sens* changera de nom en 2024...

du 21 au 31 mai 2024 (dates prévisionnelles)

→ Des ouvertures publiques de résidences d'artistes

→ Des stages et ateliers

Chorège CDCN Falaise Normandie est subventionné par



Mécènes



Direction de la publication :  
Vincent Jean, Chorège  
CDCN Falaise Normandie  
Photos : Virginie Meigné

Design graphique :  
Aéro Club (Clémence Passot  
& Pierre Tandille)  
Impression : Imprimerie Lebrun,  
imprimeur éco-responsable  
certifié Imprim'vert®

# Chorège CDCN Falaise Normandie



Chorège soutient la vitalité de la danse depuis 1993, sous l'impulsion de nombreuses actions d'éducation artistique et culturelle, des cours de pratique corporelle, des spectacles, et l'accueil de nombreux danseur-euse-s et chorégraphes en résidence.

En 2020, la structure a été labellisée Centre de Développement Chorégraphique National par le Ministère de la Culture, rejoignant un réseau constitué à ce jour de 13 établissements en France.

Chorège place au cœur de son activité :

- l'accompagnement de la nouvelle création et de la recherche artistique en danse ;
- la diffusion de spectacles ;
- la sensibilisation des publics et la transmission de la culture chorégraphique ;
- la collaboration régionale et nationale en partenariat.

## Un projet en mouvement

- Renouvellement des formes chorégraphiques, notamment dans la porosité avec les autres arts (cirque, arts visuels, théâtre, performance, écriture...) et par l'amplification des résidences d'artistes ;
- Diffusion de spectacles à l'occasion de plusieurs temps forts chaque saison (festival au printemps, Flash à l'automne) ;
- Rayonnement territorial de l'activité de Chorège à l'échelle du Pays de Falaise et de la Normandie, en faisant voyager la danse au sein d'espaces différents ou inhabituels ;
- Ancrage local favorisant la rencontre entre les artistes et les habitants ;
- Un lien intergénérationnel traversé par les évolutions sociétales de notre temps, pour un corps libre et multiple.

## Où pratiquer

### Pratiques corporelles

- 1 Espace Danse  
1, avenue de la Crosse  
14700 Falaise

### Chant

- 2 Maison de la musique  
11, rue des Ursulines  
14700 Falaise

## Chorège CDCN

- 3 Bureaux  
8, rue Saint-Jean  
14700 Falaise  
02 31 90 25 54  
chorege-cdcn.com  
info@chorege-cdcn.com

Ouverts au public  
du lundi au jeudi :  
9h-12h30 | 14h-17h30

- 4 Centre de ressources  
Médiathèque de Falaise  
Rue Gonfroy Fitz-Rou



