

Newsletter n°2

Bienvenue à tous sur cette seconde Newsletter du Conservatoire de Danse! Elles se succéderont au rythme des idées, des envies et de l'actualité du monde artistique.

Chacun est invité à participer! Ecrire un article, envoyer une photo de votre plus belle pose de danse ou seulement proposer un sujet, poser une question, ce moyen d'échanger vous appartient.

Que faire aujourd'hui?

Suite à vos premières réactions, voici des pistes pour occuper votre journée : en savoir plus sur les muscles, s'étirer en douceur ou regarder un ballet, l'apprentissage de la danse passe aussi par la connaissance de son corps et de la scène.

Les Muscles

Un épisode de "C'est pas Sorcier" pour tout savoir sur leur fonctionnement!
L'entraînement fait gagner de la souplesse mais il faut rester prudent et ne pas forcer!

<https://www.youtube.com/watch?v=XKwLo8HKE5Y&feature=youtu.be>

Quelques étirements

Sur cette planche, vous pouvez retrouver quelques étirements pour travailler l'ouverture des hanches. Sans forcer et dans le respect du corps, une douleur ne doit pas arriver, seulement une sensation d'étirement léger.
A faire un peu tout les jours ou 2 ou3 fois par semaine...





"Un regard sur l'art"

"La Danse" d'Henri Matisse - 1C3 de danse contemporaine

La présentation de notre prochain gala de danse continue avec cette oeuvre d'art moderne.

On imagine facilement les danseurs tourner ensemble dans cette grande ronde, une des premières figures de danse, un jeu auquel on joue quand on débute!

Pour en savoir plus :

<https://blog.artsper.com/fr/la-minute-arty/analyse-dun-chef-doeuvre-la-danse-dhenri-matisse/>

Pour écouter la musique :

https://youtu.be/Sk5_TuCPtXg



Les 2C1 de danse contemporaine ont présenté en décembre un hommage au chorégraphe Merce Cunningham. A suivre dans un prochain numéro ...

Une mine d'or

L'Opéra de Paris met en accès libre certains de ces spectacles!

A découvrir par ici :

<https://www.operadeparis.fr/actualites/spectacles-de-lopera-de-paris-a-redecouvrir-en-ligne>

C'est l'occasion de voir des ballets moins connus comme "La Fontaine de Bakhtchissaraï" par le théâtre Mariinsky : <https://www.france.tv/spectacles-et-culture/opera-et-musique-classique/1109865-la-fontaine-de-bakhtchissaraï-au-theatre-mariinsky.html>

La technique Graham

D'octobre à décembre 2019, les élèves de 3ème cycle ont pu expérimenter la technique de danse contemporaine mise au point par Martha Graham.

Voici un cours en vidéo qui leur permettra de ne pas perdre la main, n'hésitez pas à essayer dans votre salon!

<https://www.youtube.com/watch?v=ixnPYTXWPYo&feature=youtu.be>