

Atelier de danse afro contemporaine ouvert à tous

Cours hebdomadaires d'1h30, les jeudis, **de 20h30 à 22h** (arrivée souhaitée 10min avant le cours), à la salle des fêtes de Lantenay (bâtiment hors village)

Avec **Isabelle Lallemand**

« De formation classique et contemporaine, en lien aussi avec le tai-chi, je me suis par la suite, formée aux musiques et danses traditionnelles mandingues.

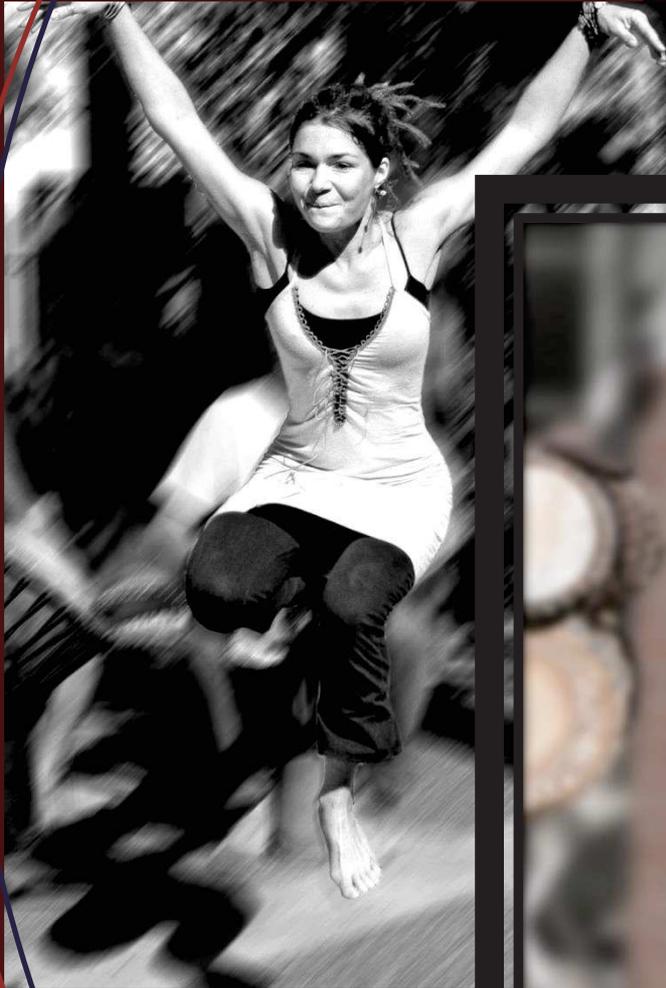
Je vous propose un temps de recherche, pour de prendre soin de soi et développer son expression personnelle, corporelle. Un moment de partage dans la joie et la bonne humeur...

Nos chorégraphies mêleront ces différentes langues en une conversation enrichie des mélodies et rythmes des musiciens qui nous accompagnent et avec qui le travail se construira. »

- Echauffements inspirés du Do Ìn, du Qi Gong :
Ecoute, conscience corporelle, respiration, intériorité et extériorité, étirements, renforcement musculaire.
- Travail en afro sur l'écoute rythmique, le cardio et l'improvisation.
- Travail afro contemporain sur la relation à l'autre, la dualité et la multiplicité, la conscience de l'espace, l'extériorisation du mouvement intérieur, l'expression du mouvement dansé.

Un temps de rencontre avec soi-même et les autres... Un temps de découverte, de partage et de bien-être !

Tarif : 300€ l'année (+ cotisation asso TOUCOULEUR), cours d'essai gratuit, 32 cours environ du 12 octobre au 5 juillet inclus.
Association TOUCOULEUR- infos : 06.59.73.99.64



Parcours



Isabelle Lallemand

Jusqu'en 1992: Conservatoire de piano et danse classique, danse sur glace ; De 1992 à 97: aikido ; de 1998 à 2001 : danse contemporaine avec Marianne Simon. Traversée de l'Afrique de l'Ouest, 3 mois de stage en Côte d'Ivoire : étude des danses traditionnelles et djembé, dun-dun, balafon avec Abou Bamba et Mamadou Diabaté. 2002: voyage au Maroc : création afro-contemporaine pour un groupe d'Essaouira. 2003/2004: danseuse soliste et percussionniste de la troupe "Zaouli Percussions" à Dijon, tournées en France, Corse et Suisse. Création Afro-contemporaine pour le "Tribu Festival" à Dijon. 1 mois et demi de stage au Sénégal avec Dyémé Sylla ; 2005 : Danseuse et percussionniste du groupe "Wokeli'O". danseuse et actrice du ballet « Africa Matimbo » de Dakar, Sénégal, pendant 6 mois. 2 mois de stage avec le ballet « Balafon de Boké », Guinée Conakry (danse et mise en scène).

Depuis 2006: enseignement de la danse africaine au sein des Mjc Monchapet, Maladière, Chenôve, du centre social de Pouilly en Auxois, commune de Semezange, Pont de Pont, Gevrey Chambertin, Dijon, Fleurey sur Ouche... Interventions au sein d'écoles et de centres de loisirs pour préparation de spectacles pour enfants. Percussionniste du groupe "Baga Foté". Pratique du Tai-chi