



La danse



La danse classique

On peut commencer la danse classique à partir de 4-5 ans où on apprend à bouger sur la musique et à danser en groupe. La véritable danse commence à partir de 8 ans.

La danse classique permet de se dépenser, de travailler ses méninges, devenir gracieux (se), améliorer sa posture, oublier tous ses soucis.

En danse classique il y a 2 positions : la position des bras, la position des pieds.

Le Modern Jazz en danse

Le modern Jazz est une danse, qui regroupe le « Hip Hop » et la danse classique ... créé dans les temps contemporains la danse modern jazz fait son apparition et cela fait un « carton » !

La tenue appropriée pour faire de la danse moderne est :

1. Des sous-vêtements (brassière de sport, short-culotte) ; des guêtres pour la sécurité des chevilles, Strings de pieds pour l'appui [voir photo 1]

2. Un legging avec un tee-shirt très près du corps...
Pas de tee-shirt ou gilet ample car on ne voit pas les mouvements précisément.
3. Des chaussons demi-pointe, des chaussons de pouces [des sortes de pansements pour éviter les blessures lors des pointes au pouce].
4. INTERDICTION d'avoir des bijoux quel que soit le type !!!!!!!

Photo danse classique :



Le Y....



Position des bras et pieds..

Photo moderne Jazz :



Position finale



Multiples position...



Photo 1 : String de pied

De Marine Casola et Amélie Roux

-en classe de 4^e