



LES ARGONAUTES

ÉCOLE DE DANSE ET DE BIEN-ÊTRE

Le modern'jazz est une danse technique et dynamique.

Si elle se pratique traditionnellement sur un fond musical jazz, cette danse très rythmée s'adapte à tout style de musique actuelle.



Les caractéristiques :

Le modern' jazz est une danse plus rythmée et plus dynamique c'est un style de musique et de danse résultant de la fusion des diverses racines et influences culturelles qui coexistent sur les territoires du Sud des Etats-Unis à partir du XVIIIe siècle.

Les spécialités :

Isolations : Elles consistent à mettre en mouvement une partie du corps, tandis que les autres restent immobiles ou bougent de manière différente.

Exercices techniques : Grand battement, tour, saut ..

Diagonale / traversée : Enchaînement des pas en traversant le studio dans la longueur ou dans la diagonale.

Déroulement d'un cours:

- Pré-échauffement
- Pliés
- Dégagés
- Isolation (bassin, épaules, tête, buste, coordination)
- Travail en séries : tours, pirouettes, grands battements, en plus de la révision des acquis.
- Exercices en diagonale
- Exercices d'assouplissement
- Exercices d'adage
- Mémorisation d'une chorégraphie en fin de cours

Cours dispensés aux

