

Date de session :

Objectifs :

- Utiliser en sécurité le matériel et les systèmes d'accroches aériennes
- Mettre en œuvre les techniques fondamentales du travail en suspension (balanciers, cercles, enchaînements)
- Adapter sa pratique aux différentes hauteurs ainsi qu'au travail en duo ou en groupe
- Construire et interpréter une proposition chorégraphique individuelle ou collective en suspension

Prérequis :

Public concerné :

Danseurs, artistes de cirque, comédiens ou toute personne souhaitant acquérir des compétences en danse aérienne.

Qualification des intervenants :

DANSEURS PROFESSIONNELS SPÉCIALISES DANSE AÉRIENNE

Moyens pédagogiques et techniques :

- Salle équipée de points d'accroche certifiés
- Matériel individuel : baudriers, mousquetons
- Matériel collectif : cordes, drisses
- Supports vidéo pour l'analyse du mouvement
- Intervention d'une formatrice experte en danse verticale et techniques de suspension

EVENT-FORMATIONS

HUB OREGON - 116 Rue Vermentino ZAC NICOPOLIS 83170 BRIGNOLES
Tél. 07 56 22 21 61 – contact@event-formations.com

SARL au capital de 10000 € – RCS DRAGUIGNAN 948 725 130 – SIRET 94872513000025 – NAF 8559B

Date de session :

Durée et effectifs:

40 heures.

10 stagiaires.

Programme :

Lundi – Sécurité, matériel et premières sensations

Matin (4 h)

- Présentation et prise en main du matériel spécifique aux accroches aériennes
- Explication du fonctionnement des systèmes d'accroche
- Consignes de sécurité et bonnes pratiques liées au travail en suspension
- Mise en place des premières accroches simples

Après-midi (4 h)

- Mise en suspension sur drisses en conditions sécurisées
- Découverte des premières sensations corporelles en aérien
- Travail des postures et du maintien du corps en suspension

Mardi – Techniques fondamentales

Matin (4 h)

- Apprentissage et pratique des techniques de balanciers
- Travail du contrôle du mouvement et des déplacements en suspension

Après-midi (4 h)

- Apprentissage et pratique des techniques de cercles
- Enchaînement de mouvements techniques simples
- Début de création chorégraphique collective (Synchronisation des mouvements en groupe.)

Mercredi – Exploration technique et travail en duo

Matin (4 h)

- Travail au sol (préparation corporelle et technique)
- Découverte des différentes accroches ((dos, latéral, etc...)).et des hauteurs possibles

EVENT-FORMATIONS

HUB OREGON - 116 Rue Vermentino ZAC NICOPOLIS 83170 BRIGNOLES

Tél. 07 56 22 21 61 – contact@event-formations.com

SARL au capital de 10000 € – RCS DRAGUIGNAN 948 725 130 – SIRET 94872513000025 – NAF 8559B

Date de session :

- Le rapport au sol : transition terre-air.
-

Après-midi (4 h)

- Travail en duo en suspension : contrepoids, portés aériens et écoute mutuelle.
- Adaptation des techniques aux différentes configurations d'accroche
- Coordination et interaction entre partenaires

Jeudi – Approfondissement et création individuelle

Matin (4 h)

- Révisions et approfondissement des techniques abordées
- Travail de la précision, de la fluidité et du contrôle du mouvement
- Analyse des risques lors de l'improvisation.

Après-midi (4 h)

- Création et structuration individuelle des solos des participants
- Accompagnement individualisé dans la construction artistique

Vendredi – Finalisation et valorisation

Matin (4 h)

- Nettoyage, sécurisation et perfectionnement des solos
- Mise en situation de présentation des créations

Après-midi (4 h)

- Finalisation des solos en conditions réelles
- Captation vidéo individuelle de chaque création (pour le portfolio de l'artiste).
- Évaluation finale des compétences.
- Bilan de la formation.

Modalités d'évaluation des acquis :

La validation de la formation repose sur une évaluation réalisée lors de la dernière journée, selon deux axes complémentaires.

- Maîtrise des mesures de sécurité (installation autonome, vérification du matériel)

EVENT-FORMATIONS

HUB OREGON - 116 Rue Vermentino ZAC NICOPOLIS 83170 BRIGNOLES

Tél. 07 56 22 21 61 – contact@event-formations.com

SARL au capital de 10000 € – RCS DRAGUIGNAN 948 725 130 – SIRET 94872513000025 – NAF 8559B

Date de session :

- Maîtrise des figures (gestion du poids, fluidité des balanciers et des cercles, maîtrise des arrêts et des élans)
- Capacité à travailler en sécurité avec un partenaire (travail en duo)
- Présentation du solo créé par le stagiaire : créativité, utilisation de l'espace et expression artistique

Sanction visée :

AUCUNE

Matériel nécessaire pour suivre la formation :

AUCUN

Délais moyens pour accéder à la formation :

4 SEMAINES

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

ACCES PMR

SALLE EN RDC

EVENT-FORMATIONS

HUB OREGON - 116 Rue Vermentino ZAC NICOPOLIS 83170 BRIGNOLES

Tél. 07 56 22 21 61 – contact@event-formations.com

SARL au capital de 10000 € – RCS DRAGUIGNAN 948 725 130 – SIRET 94872513000025 – NAF 8559B