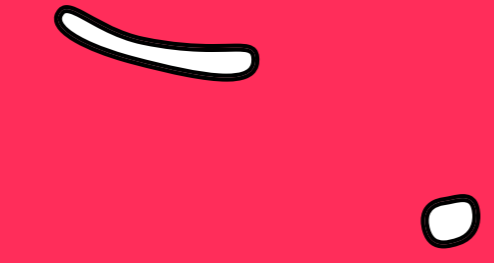
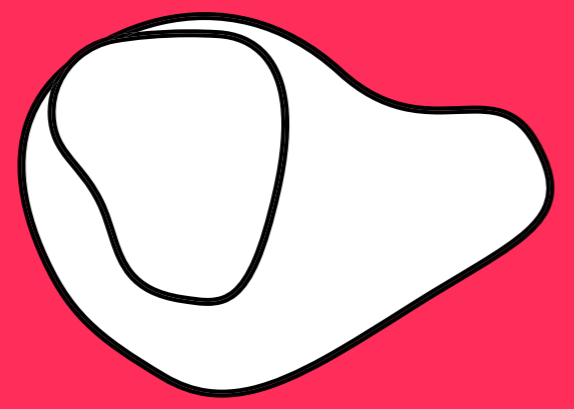


ATELIERS
LES



Disponible quelques week-ends
dans l'année ?

D'AUTRES FORMATS

STAGE DE DANSE MIXTE

Se livrer à de réjouissantes expérimentations sensorielles, spatiales et corporelles et imaginer ensemble de subtiles ébauches de chorégraphies.

Nathalie Salmon

personnes en situation de handicap et personnes valides	sam 14h00 - 16h00	60 €
	6 samedis : 26 nov, 21 jan, 11 fév, 04 mars, 25 mars, 13 mai	

plus d'infos sur cet atelier auprès de Marion Deniaud
marion.deniaud@letriangle.org - 02 99 22 27 30

DANSE EN DOUCEUR

Délier les corps grâce à un échauffement inventif. Passer à la danse, au partage de celle-ci, dans un esprit de découverte et d'exploration.

Céline Yavetz Netter

personnes en situation de handicap et personnes valides	sam 14h30 - 16h30	10€ l'atelier ou 40 € les 4 ateliers
	4 samedis : 14 jan, 18 mars, 27 mai, 17 juin	

plus d'infos sur cet atelier auprès de Marion Deniaud
marion.deniaud@letriangle.org - 02 99 22 27 30

COURANTS DE LA DANSE

Une proposition axée sur la création et l'écriture enrichie de partages documentaires sur l'histoire de la danse.

Nathalie Salmon

adultes	sam 10h30 - 16h30	247 € 210 €
	8 oct (10h-13h), 22 oct, 3 déc, 14 jan, 28 jan, 11 mars, 1 ^{er} avril, 6 mai, 27 mai, 10 juin (10h-13h)	

DÉCOUVREZ LES MODALITÉS
D'INSCRIPTIONS & LA DESCRIPTION
DE CHAQUE ATELIER SUR NOTRE SITE
WWW.LETRIANGLE.ORG

Déroulement de l'année

Le nombre de séances pour les ateliers hebdomadaires collectifs peut varier entre 28 et 30 séances (29 séances pour les cours individuels). La saison reprendra la semaine du 19 au 24 septembre.

Tarifs et règlement

La totalité du règlement est à effectuer lors de l'inscription*. Règlement possible par chèques, espèces, Chèques-vacances ANCV, CB, prélèvement automatique, Pass Culture. Fractionnement possible pour les règlements par chèques ou prélèvements automatiques. Tarif réduit : étudiant-es, demandeur-ses d'emploi, bénéficiaires du dispositif SORTIR !.

*Une adhésion de 13,50€ à l'association Triangle est requise.

À la rentrée

6 jours de réflexion après la première séance pour signaler la non-poursuite de l'activité et se voir restituer le règlement. À l'issue de ce délai, aucun remboursement ne sera possible.

Avantages praticien·nes

Le Triangle, Cité de la danse, accueille une quinzaine de spectacles de danse pendant la saison. Afin de permettre à tous·tes les praticien·nes de découvrir cette programmation, un tarif spécifique à 5€ (au lieu de 9€) est accordé sur trois spectacles au choix, pendant la saison 2022-2023 (hors spectacles en partenariat et hors festival Waterproof).

Participer à un atelier au Triangle, c'est devenir adhérent·e de ce projet

Tout au long de la saison, nous invitons les participant·es à profiter des spectacles, à rencontrer les artistes lors d'ateliers ou autour d'un verre. À la fin de la saison, votre participation à l'assemblée générale de l'association est essentielle pour permettre à notre projet de perdurer et se développer.

"Fait Maison", un temps fort des ateliers

Du 13 au 16 juin 2023

Le "Fait Maison" est un temps fort consacré à la présentation du travail des élèves, sous formes de spectacles, cours ouverts, invitations à danser...

INSCRIPTIONS À PARTIR DU 24 AOÛT

INFOS 02 99 22 27 22
SABINE.HELOT@LETRIANGLE.ORG

LES ATELIERS HEBDOS 22 23

BOULEVARD DE YOUGOSLAVIE
BP 90160
35201 RENNES CEDEX 2

ACCÈS
STATION LE TRIANGLE
BUS 13 32 61 161ex

DANSE

DANSE CONTEMPORAINE

Nathalie Salmon	Acquérir technique et créativité pour une danse légère, fluide, poétique.			
publics	dates	tarif plein	tarif réduit	
5-6 ans	mar 16h45 - 17h45	152 €	129 €	
6-8 ans	jeu 16h45 - 17h45	152 €	129 €	
8-11 ans	jeu 17h45 - 18h45	152 €	129 €	
12-15 ans	mar 17h45 - 19h00	189 €	163 €	
15-20 ans	ven 18h45 - 20h15	247 €	210 €	
adultes tous niveaux	mar 19h00 - 20h30	247 €	210 €	
adultes <i>affiner ses outils</i>	mar 20h30 - 22h00	247 €	210 €	
courants de la danse	sam 10h30 - 16h30	247 €	210 €	

1 fois par mois :
8 oct (10h-13h), 22 oct, 3 déc, 14 jan,
28 jan, 11 mars, 1^{er} avr, 6 mai, 27 mai,
10 juin (10h-13h)

DANSE THÉÂTRALISÉE

	Déployer l'expressivité du mouvement, du regard... Convoquer l'imaginaire et atteindre le sensible.			
Éva Le Saux				
adultes-grands ados, débutants-inter	lun 19h00 - 20h30	247 €	210 €	
adultes-grands ados inter-avancés	lun 20h30 - 22h00	247 €	210 €	

DANSE EXPÉRIMENTALE

	Se laisser séduire par une danse riche, aux nombreuses inspirations.			
Laina Fischbeck				
grands ados-adultes inter-avancés	mer 10h00 - 12h00	276 €	235 €	

MODERN JAZZ

	Un Modern Jazz physique et dynamique dont les clés sont la technique et la musicalité.			
Manon Thomas				
8-11 ans	mer 13h30 - 14h30	152 €	129 €	
11-13 ans	mer 14h30 - 15h45	189 €	163 €	
13-15 ans débutants-inter	mer 17h15 - 18h45	229 €	197 €	
15-17 ans avancés*	mer 15h45 - 17h15	229 €	197 €	
ados-adultes débutants-inter	mer 19h15 - 20h30	189 €	163 €	
adultes inter-avancés	mer 20h30 - 22h00	229 €	197 €	

*ayant une pratique de la danse de 3 ans minimum

MODERN URBAN ETNIK

	Comme le Modern Jazz, cette technique permet de traverser diverses émotions.			
Soa Le Clec'h				
publics	dates	tarif plein	tarif réduit	
grands ados-adultes débutants	mar 19h00 - 20h30	229 €	197 €	
grands ados-adultes inter-avancés	mar 20h30 - 22h00	229 €	197 €	

HIP-HOP

Pour chacune des propositions, les enseignant-es du Triangle vous permettront d'acquérir les techniques, la musicalité et le bel esprit de collaboration et d'émulation du hip-hop.

HIP-HOP	Soa Le Clec'h			
9-15 ans inter-avancés	ven 17h15 - 18h30	189 €	163 €	

HIP-HOP	François Bocqueho			
5-6 ans débutants	sam 10h00 - 10h45	152 €	129 €	
6-8 ans débutants-inter	sam 10h45 - 11h45	152 €	129 €	
9-13 ans débutants-inter	sam 11h45 - 12h45	152 €	129 €	

BREAK	Hamidou Aboubakar Sidiki - Yaya			
9-12 ans débutants-inter	mer 15h00 - 16h15	189 €	163 €	
10-16 ans inter	mer 13h45 - 15h00	189 €	163 €	

HOUSE DANCE	Seth Ngaba			
grands ados-adultes tous niveaux	jeu 20h15 - 21h45	247 €	210 €	

DANCE HALL

	Affirmation d'une féminité assumée, la dance hall permet de gagner en confiance en soi et de se libérer.			
Soa Le Clec'h				
ados débutants-inter	ven 18h30 - 19h45	189 €	163 €	
adultes débutants-inter	ven 19h45 - 21h00	189 €	163 €	

DANSE ORIENTALE

	Entrer dans une danse accentuée, toute de vibrations, d'ondulations...			
Céline Yavetz Netter				
grands ados-adultes débutants-inter	mer 19h00 - 20h30	229 €	197 €	
adultes inter-avancés	mer 20h30 - 22h00	229 €	197 €	

DANSE FLAMENCO

	Plonger dans une danse puissante et expressive qui tire sa force du sol.			
Cécile Apsara				
6-13 ans	mer 17h00 - 18h00	152 €	129 €	
grands ados-adultes débutants-inter	lun 19h00 - 20h30	247 €	210 €	
grands ados-adultes inter-avancés	lun 20h30 - 22h00	247 €	210 €	

DANSE AFRICAINE

	Se nourrir de l'énergie fluide et de la puissance poétique de la danse africaine.			
Morgane Rey				
publics	dates	tarif plein	tarif réduit	
grands ados (+ 15 ans) - adultes débutants	jeu 19h00 - 20h00	189 €	163 €	
adultes avancés	jeu 20h00 - 21h30	247 €	210 €	

CAPOEIRA

	Faire un tour au Brésil et se découvrir agile, devenir acrobate-danseur-s.			
CBC - association Ladaíinha				
5-12 ans	mer 15h30 - 16h30	152 €	129 €	
grands ados-adultes tous niveaux	lun 19h00 - 20h30	229 €	197 €	

BIEN-ÊTRE

YOGA

	Pratiquer des postures régénératrices et vivifiantes, respirer, se calmer.			
Laina Fischbeck				
grands ados-adultes inter	mer 12h20 - 13h20	189 €	163 €	

ARTS PLASTIQUES

	S'enrichir de multiples techniques, découvrir ses ressources créatives.			
Gaëlle Divanac'h				
4 ans ½ - 7 ans	mer 15h30 - 16h30	152 €	129 €	
7-10 ans	mer 14h00 - 15h30	229 €	197 €	
7-12 ans	mar 17h30 - 19h00	229 €	197 €	
11-14 ans	ven 17h30 - 19h00	229 €	197 €	
13-17 ans	mer 17h00 - 19h00	253 €	215 €	
adultes	lun 19h00 - 21h00	276 €	235 €	
	ou mar 14h30 - 16h30			
	ou jeu 18h30 - 20h30			

MUSIQUE

SOLFÈGE

	Acquisition de bases de solfège, grâce aux jeux musicaux, au chant et à l'utilisation de petites percussions.			
Chrystèle Chéruef				
publics	dates	tarif plein	tarif réduit	
enfants niveau 1 et 2	ven 17h30 - 18h30	98 €	82 €	

CHŒUR GROOVY

	Du funk, de la pop et tous les rythmes qui vous feront vibrer, swinguer, bouger à l'unisson.			
Agata Krwawnik				
grands ados-adultes	lun 19h15 - 20h45	152 €	129 €	

PIANO / GUITARE

Cours individuels	Cours particuliers de 30 minutes par semaine.			
David Thébault (piano ou guitare)				
	mer 13h00 - 17h00	540 €		
Chrystèle Chéruef (piano)				
	lun 19h00 - 21h00	540 €		
	ou ven 15h00 - 17h30			
	ou ven 18h30 - 20h30			
	ou sam 10h00 - 12h30			

TECHNIQUE VOCALE

Cours individuels	Cours particuliers de 30 minutes par semaine.			
Marine Jumelais				
grands ados-adultes	jeu 16h00 - 21h00	540 €		

CLOWN

	Explorer et jouer un autre soi.			
Olivier Férec & Julien Gigault				
pour un public ayant déjà une expérience de la scène	ven 19h00 - 22h00	428 €	358 €	
	sam 10h15 - 17h15			

10 week-ends :
(vendredi + samedi obligatoirement)
30 sept et 1^{er} oct, 14 et 15 oct,
18 et 19 nov, 2 et 3 déc, 13 et 14 jan,
27 et 28 jan, 17 et 18 mars,
31 mars et 1^{er} avril, 2 et 3 juin,
16 et 17 juin

