

# Mille et Une Danses d'Orient



Cours

Saison 2023 - 2024



6 Mail Marcelle Henry 49000 Angers  
asso1001dancesdorient@hotmail.fr  
www.1001dancesdorient.fr

## Cours techniques adultes

(A partir de 16 ans)  
Avec Ann-Gaëlle Le Bihan

### ☯ Niveau Débutant ☯

(1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> années de pratique)

Mardi de 21h à 22h30

Salle de la piscine Jean Bouin

### ☯ Niveau Intermédiaire ☯

(A partir de 2 ans de pratique)

Vendredi de 19h30 à 21h

Salle du Château de l'Arceau

### ☯ Niveau Avancé ☯

(A partir de 7 ans de pratique)

Vendredi de 21h à 22h30

Salle du Château de l'Arceau

## Cours à thèmes

(A partir de 2 années de pratique)  
Avec Ann-Gaëlle Le Bihan

### ☯ FCBD®Style et Tribal / fusions ☯

FCBD® : improvisation de groupe codifiée

Tribal : performance et isolation des différentes parties du corps poussée à l'extrême

Samedi de 10h00 à 12h00  
(cours mensuel - voir calendrier)

Salle du Château de l'Arceau

## Atelier chorégraphique

(A partir de 2 années de pratique)

Atelier en autonomie sans professeur et dirigé à tour de rôle par les adhérentes avancées

Vendredi de 19h30 à 21h

Salle du Château de l'Arceau

## Comment bien choisir son niveau ?

Deux à trois années consécutives dans un même niveau sont généralement indispensables.

Si vous avez déjà pratiqué la danse orientale dans une autre association et que vous souhaitez vous inscrire dans un cours technique et/ou à thème, nous vous recommandons de demander l'avis du professeur afin d'être sûr que le cours corresponde bien à votre niveau.

En cas de doute, mieux vaut opter pour le cours le moins complexe. Un niveau technique trop élevé et/ou une vitesse d'enseignement trop soutenue sont souvent source de démotivation.

Ann-Gaëlle Le Bihan est à la disposition des adhérentes pour les conseiller et les orienter vers le cours le plus adapté. N'hésitez pas à la solliciter !



- Salle de la piscine Jean Bouin : Boulevard Pierre de Coubertin à Angers. (Cours Débutant)
- Salles du Château de l'Arceau : 10 rue Guillaume Lekeu à Angers. (Cours à thèmes, techniques intermédiaire et avancé)



## Calendrier des cours

(Sous réserve de modifications)

Débutant		Intermédiaire et Avancé		Mensuelle Tribal / FCBD®	
Jean Bouin		Arceau		Arceau	
Séances	Mardi	Séances	Vendredi	Séances	Samedi
1	26-sept	1	22-sept	1	14-oct
2	03-oct	2	29-sept	2	18-nov
3	10-oct	3	06-oct	3	09-déc
4	17-oct	4	13-oct	4	13-janv
5	07-nov	5	20-oct	5	17-févr
6	14-nov	6	10-nov	6	16-mars
7	21-nov	7	17-nov	7	13-avr
8	28-nov	8	24-nov	8	18-mai
9	05-déc	9	01-déc	9	01-juin
10	12-déc	10	08-déc		
11	09-janv	11	15-déc		
12	16-janv	12	12-janv		
13	23-janv	13	19-janv		
14	30-janv	14	26-janv		
15	06-févr	15	02-févr		
16	13-févr	16	09-févr		
17	20-févr	17	16-févr		
18	12-mars	18	23-févr		
19	19-mars	19	15-mars		
20	26-mars	20	22-mars		
21	02-avr	21	29-mars		
22	09-avr	22	05-avr		
23	16-avr	23	12-avr		
24	07-mai	24	19-avr		
25	14-mai	25	24-mai		
26	21-mai	26	31-mai		
27	04-juin	27	07-juin		
28	11-juin	28	14-juin		
29	18-juin	29	21-juin		

## Spectacle de fin d'année

Spectacle le Samedi 22 juin 2024, salle Claude Chabrol à Angers.

### Répétitions :

- **Vendredi 17 mai** - 19h00-22h30
- **Mardi 28 mai** - 21h00-22h30
- **Samedi 8 juin** - 10h30-12h00
- **Samedi 22 juin** - Toute la journée

## Important

- Les cours de danse adultes sont accessibles **dès 16 ans**.
- Il est possible de faire un **cours d'essai** avant de valider une inscription.
- Dans un souci d'homogénéité de niveaux des cours, l'enseignante vous conseillera le cours le plus adapté lors de la première semaine.
- Si vous avez déjà pratiqué la danse orientale dans une autre association et que vous souhaitez vous inscrire dans un cours technique et/ou à thème, nous vous recommandons de demander l'avis du professeur afin d'être sûr que le cours corresponde bien à votre niveau.
- Pour le confort de tous, le nombre de places est limité dans chaque cours.
- Par respect pour le travail du professeur et pour les danseuses, il est **interdit de filmer pendant les cours**.
- Le **spectacle n'est pas obligatoire**. Il est tout à fait possible de suivre les cours jusqu'à la fin de l'année même si l'on n'y participe pas.
- Les élèves souhaitant participer au spectacle doivent s'assurer de leur disponibilité pour les temps de **répétitions** et de **représentation**. Le nombre de chorégraphies au spectacle est limité à 6 maximum par élève.

## Tarifs

- Adhésion à l'association : **10€**
- Cours adultes :**
  - 1 cours d'1h30 adultes : **185€**
  - 2<sup>e</sup> cours d'1h30 : **126€**
  - Cours de danse orientale à l'unité : **15€**
  - Cours mensuels de 2h : **90 € (9 cours)**
  - Atelier chorégraphique en autonomie : **50€**

## Inscriptions

- N'hésitez pas à demander un bulletin d'inscription à l'adresse suivante : [asso1001dancesdorient@hotmail.fr](mailto:asso1001dancesdorient@hotmail.fr)
- Une permanence d'inscription sera proposée le **Samedi 02 septembre 2023, de 11h à 18h**, au Décathlon de Beaucouzé dans le cadre de l'évènement « Vitalsport ».
- Le bulletin d'inscription est à envoyer complété et muni d'un ou plusieurs chèques (suivant choix de paiement) ainsi que d'un certificat médical d'aptitude à exercer la danse orientale rempli par votre médecin traitant (ou attestation sur l'honneur).
- Le dossier est à envoyer avant le début des cours à l'adresse suivante :

**Mille et une danse d'Orient, 6 Mail Marcelle Henry  
49000 Angers.**
- L'association se réserve le droit de refuser l'accès aux cours pour les personnes n'ayant pas remis leur dossier d'inscription complet.

## Evénements et actualités

Suivez également nos événements sur notre site internet : <http://www.1001dancesdorient.fr/>



Et sur nos réseaux sociaux :



[@milleetunedancesdorientangers](https://www.facebook.com/milleetunedancesdorientangers)



[@1001DanseOrient](https://twitter.com/1001DanseOrient)



[1001dancesdorient](https://www.instagram.com/1001dancesdorient)