

## DÉCOUVERTE DES DANSES SOCIALES



Vous aimez danser ?  
Vous voulez danser ?  
Comment bouger sur la musique ?  
Quels sont les différents types de danse ?

**Dimanche 24 novembre 2019**  
**Au Vigean**

avec **BRUNO LAGARDE**  
Président de l'association « *Swing'in Aurillac* »



**BRUNO LAGARDE** pratique les danses sociales depuis de nombreuses années. Il s'est formé auprès de pédagogues réputés (Fred Veron, Thorbjørn Urskog et Flora Bouchereau) et de danseurs confirmés (Jean-François Auguy, Florent Llamas, William Mauvais).

Président de l'association « *Swing In Aurillac* », il développe au niveau du Cantal, la pratique des danses sociales européennes et latines (rock'n'roll et salsa). Son objectif est de rendre la danse accessible à tous et de vous faire partager la joie du mouvement artistique et l'émotion de la danse sociale.

### NOTE D'INTENTION

En courte introduction d'une dizaine de minutes je présenterai ce qui est appelé « danse sociale » afin de situer ce qui va être enseigné. J'évoquerai les différentes influences, les types de danses, avant de détailler l'aspect musical qui structure ces danses, l'importance du pas de base, la relation entre les danseurs et la posture. Suivra, durant 1h45 environ, la mise en pratique avec une initiation à trois danses : la Bachata, le Rock, puis la Salsa.

Pour chacune de ces danses nous passerons par :

- L'apprentissage du « pas de base » et d'une figure/variation.
- Des exercices d'acquisition.
- Une mise en pratique sur la musique.

A la fin de l'atelier de découverte, vous disposerez de techniques et de connaissances sur les danses sociales les plus répandues : le Rock 'n Roll et la Salsa.

### INFOS PRATIQUES

Tout public à partir de 12 ans  
Nombre de participants : minimum 10, maximum 25  
Lieu : Studio de l'école de danse du Pays de Mauriac – La grange au Vigean  
Date : Dimanche 24 novembre 2019  
Horaire : 10h à 12h  
**Gratuit sur inscription à la médiathèque du Pays de Mauriac 04 71 67 35 81**

Prévoir une tenue souple et confortable pour le mouvement ainsi que des chaussures souples utilisées uniquement à l'intérieur, pas de talons aiguilles (ou pouvant abimer le sol)