

SAISON 2023/2024



CORPS
& GRAFFIK



UNE SAISON 2023/2024 PLACÉE SOUS LE SIGNE DE LA NATURE ET DE LA SENSUALITÉ !



« C'est la rencontre avec la nature Sauvage qui nous pousse à ne pas limiter nos conversations aux êtres humains, ni nos plus belles figures au parquet d'une salle de danse... à voir la beauté « enseignée », à éprouver des «sensations permises...»

Je suis en train d' ouvrir une porte sur le monde du Soi Sauvage et faire découvrir cela à tous les élèves de Corps et Graffik.

J'utilise mes compétences notamment en danse et Yoga pour accompagner les élèves à trouver leur danse et découvrir leur essence profonde et faire jaillir la femme ou l'enfant intérieur.

Je m'adresse à tous et toutes, enfants, ados, adultes, homme, femme...chaque être qui souhaite s'exprimer et s'éveiller grâce à son corps.

Je retrouve régulièrement des enfants ou ados manquant de confiance en eux, avec d'énormes potentiels qui sommeillent en eux.. et des femmes qui se sont perdues dans leur rôle de conjointe, maman, business woman et gardienne de leur maison... et qui ont complètement oublié leur enfant intérieur, leur féminité et sensualité...la connexion à leur corps tout simplement. Des êtres qui ont du mal avec leur image parfois, et qui rêvent de se trouver, de se retrouver... de réhabiter leur corps, leur cœur et leur âme...

La nature Sauvage se développe selon sa nature propre. Chaque être, femmes, enfant porte en elle une force naturelle, instinctive, riche de dons créateurs et d'un savoir immémorial.

Je suis sur une autre façon de transmettre mon Art, mon Essence ...

Quel Bonheur d'être de plus en plus à l'écoute de qui je suis. Et c'est justement pour cette raison que je laisse la place à tous nos professeurs talentueux pour les cours hebdomadaires. Je vais me consacrer à mes workshops qui sont la formule qui me correspond le mieux aujourd'hui et venir régulièrement dans tous les cours rencontrer tous les élèves, parents..»



**LA DANSE EST LE LANGAGE CACHÉ
DE L'ÂME !**

PLANNING DES COURS 2023/2024

LUNDI

12h30 > 13h30
PILATES

16h45 > 17h15
ÉVEIL

17h15 > 18h00
MODERN JAZZ

18h00 > 19h00
MODERN JAZZ

19h00 > 20h30
MODERN JAZZ INTER

20h30 > 22h00
MODERN JAZZ
AVANCÉ

MARDI

16h15 > 17h00
DANSES AÉRIENNES

17h00 > 18h15
DANSES AÉRIENNES

18h15 > 19h45
DANSES AÉRIENNES

19h45 > 21h00
COMMERCIAL

21h00 > 22h30
DANCE HALL

MERCREDI

14h00 > 15h15
CLASSIQUE

15h15 > 16h15
CLASSIQUE

16h15 > 17h00
CLASSIQUE

17h00 > 17h30
BABY DANCE

17h45 > 19h00
CLASSIQUE FUSION

19h00 > 20h30
CLASSIQUE FUSION

20h30 > 21h30
BARRES À TERRE

JEUDI

Jeudi matin : possibilité
de séance individuelle
de soin holistique.

12h30 > 13h30
YOGA / VOY. SON

14h00 > 17h00

RÉSIDENCE
DANSEURS
C&G

18h15 > 19h45
HEELS

19h45 > 21h15
COMMERCIAL GIRLY

21h15 > 22h45
DANCE HALL

VENDREDI

18h15 > 21h15
WORKSHOP CABARET
FÉMININ SAUVAGE

OU

17h30 > 19h30
WORKSHOP YOG'ART
DANSE (+ parents)

19h30 > 21h30
WORKSHOP YOG'ART
DANSE

SAMEDI /
DIMANCHE

STAGES AVEC SUZY
FESTIVAL, KYINI, SKIN
COMPANY OU
D'AUTRES
CHORÉGRAPHEs DE
RENOM...

OU

WORKSHOP CABARET
FÉMININ SAUVAGE 6 H

VOIR LE PLANNING
DES WORKSHOPS
& STAGES

Gala 2024 : vendredi 14 juin



LÉGENDE



BABY DANSE :
petite section



ÉVEIL :
moyenne section & grande section



TULLE : CP, CE1



PLUME : CE1, CE2 & CM1



PAONS : CM1, CM2 et sixième



YIN: collège



YANG : adultes confirmés, ou passionnés
& investis



YIN & YANG : adultes & ado tous
niveaux



WORKSHOPS STAGES



**PILATES, YOGA
ET BARRES À TERRE**

RÉDUCTIONS & FRAIS

FRAIS D'INSCRIPTION OBLIGATOIRES : 29 €

FRAIS DE COSTUME (PAR COURS) : 35 € à régler à la rentrée
(si pas de spectacle remboursement en novembre)

***REMISE FAMILLE OU DEMANDEUR D'EMPLOI :**
(non cumulable) - 10 % supplémentaire sur les cotisations

****REMISE DE 10% SI 2 COURS, ET 20% POUR 3 COURS & PLUS**

****POSSIBILITÉ DE FACILITÉS DE PAIEMENT :** en 6, 4 ou 2 fois

TARIFS À L'ANNÉE COURS

ÉVEIL OU BABY DANSE : 239 €

TULLE : 279 €

PLUME & PAONS : 339 €

YIN : 369 €

YIN & YANG OU YANG : 399 €

YOGA, PILATES ET BARRES À TERRE : 339 €

(pour toute inscription au Yoga,
l'inscription aux pilates et aux barres à terre est offerte
et vice-versa)

CARTE 10 COURS : 179 €

COURS À L'UNITÉ : 20 €

TARIFS DES WORKSHOPS DU VENDREDI
OU STAGE

2h : 29 €

Tarif trimestriel workshop Yog'Art Danse : 99 €

3h : 39 €

6h : 69 €

Pour toute inscription aux workshops en Yog'Art Danse
ou en Cabaret Féminin Sauvage :
bénéficiez d'une réduction de 10% sur le cours
technique classique ou modern jazz !

**OFFRE
SPÉCIALE
DOSSIER
COMPLET**

**POUR TOUTE INSCRIPTION
(REMISE DU
DOSSIER COMPLET) ENTRE LE
19 ET LE 23 JUIN OU
ENTRE LE 4 ET LE 8 SEPTEMBRE
1 STAGE OU WORKSHOP DE 3H OFFERT !**



WORKSHOPS CABARET FEMININ SAUVAGE

3

DATES

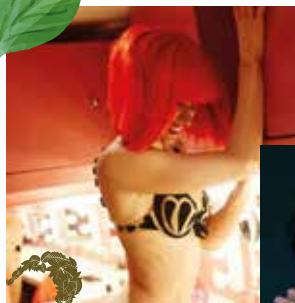


avec possibilité de collaboration
sur les 3 heures ou les 6 heures
Les vendredis suivants
de 18h15 à 21h15

dimanche 10 septembre 2023
(6h en collaboration)

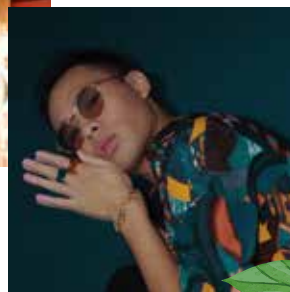
vendredi 20 octobre 2023 (3h)
vendredi 1^{er} décembre 2023 (3 h)

STAGES AVEC CHORÉGRAPHERS DE RENOM



3

DATES



SUZY FESTIVAL

samedi 30 septembre 2023
de 14h à 17h

KYINI

Dimanche 24 septembre 2023
de 14h à 17h

Dimanche 28 janvier 2024
de 14h à 17h

et d'autres dates à venir avec
Kyini, Skin Company et encore
d'autres chorégraphes
de renom !



WORKSHOPS YOG'ART DANSE



4

DATES



Les vendredis suivants
de 17h30 à 19h30 pour
les plumes et paons (avec l'un
des parents s'il le souhaite)
de 19h30 à 21h30 pour
les Yin et Yang

vendredi 8 septembre 2023
vendredi 6 octobre 2023
vendredi 17 novembre 2023
vendredi 15 décembre 2023

Pour qui sont ces workshops plumes et paons et yin et yang inédits et crée par Élodie, notre directrice artistique ?

À noter, les workshops adultes sont une nouveauté cette année !

Je regroupe tout ce qui me nourrit et me remplit de Vie et vibration positive : des exercices techniques de danse et des chorégraphies pouvant aller d'un style à un autre où la mémoire est sollicitée et le plaisir du mouvement omniprésent, un travail cardio sur des sons festifs, rythmés qui dessinent de larges sourires sur tous les visages, du yoga flow adapté aux danseurs, des danses sauvages intuitives sur des musiques envoûtantes ou au rythme du tambour chamanique, et des voyages guides sonores pour finir le cours en relaxation totale et déconnecter le corps et l'esprit afin d'aller à la rencontre de son enfant intérieur...

Vous l'aurez compris, le programme est riche, vaste et la découverte de plusieurs univers va réveiller votre enfant ou en vous tout son potentiel de danseur mais pas seulement ! Tout votre être va se transformer et se métamorphoser ! On cherche là à ce que votre enfant ou vous devienne Lui, tout simplement !

Et en plus vous avez la possibilité de vivre et partager ces moments forts avec vos enfants, ou sœur ou...

Élodie.



"Être nous-mêmes nous fait nous exiler de beaucoup d'autres personnes. Cependant, faire ce que les autres veulent nous fait nous exiler de nous-mêmes".

Cette citation extraite du livre « *Femmes qui courent avec les loups* » de Clarissa Pinkola Estes doit nous rappeler combien il est important de prendre soin de nous.

Chaque femme possède en elle une force très puissante, une nature instinctive, une créativité et des connaissances ancestrales dont elle a souvent été coupée.

La femme d'aujourd'hui est déconnectée de sa nature sauvage, de son essence instinctive où elle se laisse guider par son intuition. Reconnecter à la femme sauvage ou « *la louve* » en soi, c'est avoir le courage d'être soi-même, de faire face au mouvement de la vie, en confiance.

J'ai créé ces workshops afin de vous donner des clés, des outils, des pratiques corporelles comme le Yoga et la Danse pour que vous arriviez à vous reconnecter à votre femme sauvage, à votre féminin sacré.

Au programme :

- réveil du corps et réveil de l'esprit, méditations profondes et voyages au cœur de votre âme seront au rendez-vous. Mais également, partage d'émotions, de ressentis et vibrations des corps et de l'esprit avec la danse pour fil conducteur.
- ecstatic Dance, atelier Tantra & Interprétation,
- marches, postures & recherche de Sensualité,
- voyage au tambour Chamanique, Breathwork, Chorégraphie en Talons : dans un savoureux mélange d' Emotion, Féminité, Sensualité & Élégance.

Le temps d'une journée vous ne serez plus la maman, la femme de, ou même l'amie de mais vous pourrez être vous-même. Sans préjugés, sans jugement et sans autre regard que celui que vous porterez sur vous. Alors venez partager avec nous ce beau moment qui change les âmes et les cœurs et qui ne laisse personne indifférent.

Possibilité d'intégrer la Compagnie Corps & Graffik suivant votre niveau.

Les workshops participeront au gala si inscription annuelle. Ils seront ainsi que parfois invite à venir sur d' autre cours en collaboration avec d'autres professeurs de l'école ou avec d'autres chorégraphes ainsi que peuvent participer a d'autres spectacles que le gala comme le Téléthon ou autres... Vous l'aurez compris ces Workshops sont un plus à allier aux cours de Corps et Graffik.

Élodie.



Tu dois **danser**
comme s'il n'y a personne
qui t'observe,
aimer comme si tu n'as jamais
été blessé,
chanter comme s'il n'y a personne
qui t'écoute,
et **vivre** comme si c'était le
paradis sur terre.

William W. Purkey



CORPS & GRAFFIK

1 chemin de l'écluse de Vic

31 320 PECHABOU

www.corpsetgraffik.com

atelierchoregraphique@gmail.com

Tél : 06 50 46 40 26



facebook.com/corpsetgraffik



instagram.com/corpsetgraffik/



chaîne Corps & Graffik C&G

