



# STAGE DANSE AFRICAINNE



Sam 9 mars  
stage adulte intensif

Dim 10 mars  
atelier enfant

Espace  
Nelson Mandela  
Fontaine

[ouedmed-danse.net](http://ouedmed-danse.net)

# Au programme

## Samedi 9 mars

### Stage adulte Une journée pour explorer et se donner à fond !

Un stage spécifiquement pensé pour les personnes qui pratiquent les danses d'Afrique de l'Ouest depuis plusieurs années.

Lors de cette journée, un rythme mandingue sera proposé pour être travaillé en profondeur : compréhension du rythme, apprentissage et travail de la gestuelle par la répétition d'un enchaînement chorégraphié, appropriation personnelle par des temps d'atelier.

L'objectif est de gagner progressivement en confiance et en autonomie pour aller ensuite expérimenter les pas appris en trio, duo voire en solo dans le cercle.

**Niveau** inter - avancé

**Stage animé par** Hamed Ouedraogo

**Horaires** : 10h-13h et 14h-16h

**Tarifs** : 50€ adhérent / 55€ non adhérent

## Dimanche 10 mars

### Atelier enfant Rythmes de l'Afrique de l'Ouest

Pour les enfants de 3 à 10 ans, un moment ludique pour découvrir des rythmes traditionnels d'Afrique de l'Ouest à travers la musique, le chant et la danse !

Le stage est animé par Balla Bangoura, artiste et musicien d'origine sénégalaise habitant à Grenoble. Outre ses propres projets artistiques, Balla collabore avec des formations musicales telles N'Canto, Manin'karavane Teriya Solo (sélection Cuvée grenobloise 2024),... Il anime régulièrement des ateliers d'initiation pour les enfants, notamment en milieu scolaire.

**Horaire** 10h30-11h30

**Tarif pour un stage :**

10€ adhérent / 12€ non adhérent

#### INFOS PRATIQUES

Afin d'assurer une pratique confortable à tou-te-s, le nombre de places pour chaque stage est limité : pensez à vous inscrire !

#### PAUSE DÉJEUNER

Pour les stages journée, possibilité de manger à l'Espace Mandela (tables, accès à un micro-onde) : amenez votre pique-nique !

Inscription et paiement en ligne  
[ouedmed-danse.net](http://ouedmed-danse.net)

Pour toute question : [ouedmed2000@gmail.com](mailto:ouedmed2000@gmail.com) / 07 70 62 40 37

Ouedmed Danse - 73 avenue du Vercors - 38600 FONTAINE