



**Samedi  
pour  
comprendre**  
MASTER WORKSHOP  
avec Vinciane Ghyssens  
directrice du VMBALLET

CONCERNE LES ÉLÈVES DE 12 À 18 ANS QUI DÉSIRENT FAIRE DE LA DANSE LEUR MÉTIER ET LES ÉLÈVES PASSIONNÉS QUI PRATIQUENT LA DANSE CLASSIQUE DE MANIÈRE RÉGULIÈRE (MINIMUM 4 COURS PAR SEMAINE).

### OBJECTIF DU MASTER WORKSHOP

#### APPRENDRE À L'ÉLÈVE COMMENT AMÉLIORER

SON EN-DEHORS

SA SOUPLESSE

SON CENTRE ( RENFORCEMENT, TENUE)

SON ALIGNEMENT

SES PIEDS (APPUIS, FORCE, COU-DE-PIED)

*Il n'y a pas deux élèves pareils,  
il n'y a pas deux physiques identiques, néanmoins  
la technique et l'esthétique spécifique de la danse classique  
sont précises, clairement définies et incontournables.*



*Chaque élève doit apprendre dans son propre corps  
le juste dosage d'engagement musculaire pour l'amener  
de manière saine et consciente au bon résultat.*

**INSCRIVEZ-VOUS SUR**  
**1samedipourcomprendre@gmail.com**

## MASTER WORKSHOP

En petit comité (6 élèves maxi),  
je propose un temps d'enseignement individualisé  
pour enseigner à l'élève  
comment mettre en place dans son corps  
les éléments essentiels à la réussite Technique  
et Artistique de la danse classique.

### DEROULEMENT DE LA JOURNEE

MasterClass avec explications spécifiques et détaillées  
ainsi que l'observation des besoins individuels  
pour chaque élève.

Exercices spécifiques pour recréer l'équilibre dans le corps.  
Programme personnalisé à pratiquer chez soi en autonomie  
pour renforcer et améliorer un besoin spécifique.

**SAMEDI 29 MAI 2021**



Emploi du temps  
9h00-11h00 MasterClass  
11h15-12h45 Exercices spécifiques  
Pause déjeuner  
14h00-15h30 Programme personnalisé  
15h45-17h00 Programme personnalisé (suite)

**COÛT : 185 EUROS**

**INSCRIVEZ-VOUS SUR :**  
**1samedipourcomprendre@gmail.com**