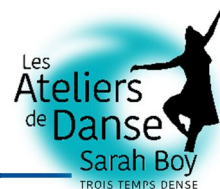


CYCLE PRÉ-PRO SARAH BOY

SAISON 2026/20267



Organisation hebdomadaire :

- ✓ **4 Cours techniques permanents** (contemporain, jazz, classique) avec vos professeures :
 - Luana : classique
 - Capucine : jazz
 - Christelle : contemporain
 - Claire : contemporain
 - Sarah : contemporain, jazz et classique
- ✓ **1 Cours technique classique ponctuel** avec Sarah le mardi tous les 15 jours
- ✓ **2 Cours amateurs au choix** parmi les cours amateurs proposés et suivant vos projets et votre niveau
(reprise des cours techniques du soir pour les élèves EAT en septembre : programme à définir)
- ✓ **1 Cours création** (1 création contemporaine au 1^{er} semestre avec Sarah / 1 création au 2^{ème} semestre avec Christelle, Capucine et Tabatha)
- ✓ **1 Cours atelier d'improvisation** (au cours de l'année + réalisation de vidéo CV) soit le mardi soit le jeudi matin après la technique
- ✓ **1 Cours routine échauffement / assouplissements** les jeudis matin tous les 15 jours
- ✓ **1 Cours module complémentaire** le vendredi matin
- ✓ **Travail personnel** (organisation en fonction des projets) :
 - Lundi aprem réservé aux EAT d'octobre à décembre et de février à avril
 - Mardi aprem en fonction des demandes pour tout le monde.
 - Jeudi aprem (les élèves non-EAT sont prioritaires selon leurs besoins)
 - Vendredi aprem en fonction des demandes et prioritaire en période EAT.
- ✓ **1 moment convivial** le lundi matin à 10h afin de s'organiser pour la semaine et de prendre le temps de se répartir les tâches suivant les projets.
- ✓ **1 moment coaching vidéos auditions ou autres projets avec les professeures :**
 - Christelle : contemporain
 - Tabatha : cabaret et jazz
- ✓ **1 Cours création jeune public** (une dizaine de répétitions annuelles à organiser à partir de janvier 2026). Ce cours est facultatif (prévoir des scènes en juin et juillet).

Continuité de la formation :

- ✓ **Coaching personnel** avec Sarah régulièrement et les autres professeures en fonction des besoins (possibilité d'en faire la demande auprès de Sarah ou Claire suivant vos étapes de travail).
- ✓ **1 Rdv individuel par semestre** à prévoir (décembre ou janvier et avril ou mai)
- ✓ **Echanges réguliers en groupe** (possibilité d'en faire la demande si besoin de résoudre des problèmes que ce soit humains ou autres).
- ✓ **Mise en condition EAT- examens-auditions** avec 1 évaluation par semestre (novembre et mars).
- ✓ **Analyse spectacle** (prévoir d'aller voir en groupe 1 spectacle dans l'année + 1 spectacle jeune public le 13 décembre à l'école de danse + 3 spectacles à voir sur vidéo). L'analyse sera prévue en cours de culture chorégraphique avec Capucine.

- ✓ **Travail de communication visuelle** (compte Tiktok de la formation + Instagram tenu par Sarah)

Les travaux de l'année :

- ✓ **Préparation d'un solo chacune entre 2min30 et 8 minutes**
 - Soit un solo création, soit un solo pour de futurs audition, soit uniquement le solo EAT
 - Etape de travail : 20 novembre sous forme d'évaluation
 - Présentation en spectacle Péniche Didascalie : fin janvier
 - Thème et style à définir
 - Titre et forme (extérieur / intérieur)
 - Public : (s'adresse à qui ?)
 - Synopsis à prévoir
 - Maquillage / costumes
 - Eclairages à définir pour la représentation de la péniche : 2 à 3 plans possible
- ✓ **Présentation d'un travail de groupe entre 4 et 8 minutes** (duo ou trio).
 - Soit une création de groupe, soit un solo libre pour l'EAT
 - Etape de travail : 26 mars sous forme d'évaluation
 - Présentation d'une étape en spectacle lors des scènes ouvertes de l'école : 24 avril
 - Présentation en spectacle lors du festival St Michel en scène
 - Thème et style à définir
 - Titre et forme (extérieur / intérieur)
 - Public : (s'adresse à qui ?)
 - Maquillage / costumes
 - Vidéo courte de communication en vue de l'événement de fin d'année
- ✓ **Organisation d'un événement** : trouver une salle, organiser le spectacle avec les soli, les travaux de groupes, les créations des professeures courant mai-juin ou début juillet suivant les salles disponibles, préparer la communication... sous la supervision de Sarah.

Possibilité de préparer un dossier de présentation sur la création solo :

Si vous vous destinez à devenir chorégraphe, la formation peut vous donner les codes de communication pour la création. Voici les infos à prévoir, Sarah vous aidera à finaliser le dossier.

- Style : danse et/ou théâtre
- Public : (s'adresse à qui ?)
- La forme (extérieur / intérieur)
- Affiche
- Titre
- Synopsis
- Présentation de la danseuse chorégraphe
- Visuel sous forme de photos
- Fiche technique (informations générales, éclairages et plan feu)

Modules complémentaires de 10h à 12h :

- ✓ **Vendredi 25 septembre : Réunion de rentrée**
- ✓ **Vendredi 2 octobre** : Théâtre thème cohésion avec Mélanie
- ✓ **Vendredi 9 octobre** : Formation CANVA vidéo avec Eva
- ✓ **Vendredi 16 octobre** : Anatomie thème position du bassin et en-dehors (théorie et pratique) avec Corinne
- ✓ **Mardi 20 octobre** : Nutrition à 9h avec Charlotte (à confirmer)
- ✓ **Vendredi 23 octobre** : Culture chorégraphique (histoire de la danse les grands axes) avec Capucine
- ✓ **Vendredi 6 novembre** : Théâtre thème jeux de personnages avec Mélanie
- ✓ **Vendredi 13 novembre** : Anatomie thème périnée et centre (théorie et pratique) avec Corinne
- ✓ **Vendredi 20 novembre** : Examen blanc soli ou EAT
- ✓ **Vendredi 27 novembre** : Danses latines avec Camille
- ✓ **Vendredi 4 décembre** : Théâtre thème jeune public et placement de voix avec Mélanie
- ✓ **Vendredi 11 décembre** : Anatomie thème colonne vertébrale et centre de gravité (théorie et pratique) avec Corinne
- ✓ **Vendredi 18 décembre** : Stage exceptionnel + repas de Noël
- ✓ **Vendredi 8 janvier** : Maquillage (scène tout public + jeune public) avec Tabatha de 10h à 13h
- ✓ **Vendredi 15 janvier** : Stage exceptionnel
- ✓ **Vendredi 22 janvier** : 2^{ème} étape de travail des soli en vue de la future scène + travail sur les synopsis
- ✓ **Vendredi 29 janvier** : Plan feu + fiche technique + éclairages des soli avec Sarah
- ✓ **Vendredi 5 février** : Danse flamenco et rythme avec Soledad Cuesta
- ✓ **Vendredi 12 février** : à définir
- ✓ **Vendredi 26 février** : Culture chorégraphique (histoire du costume dans la danse) avec Capucine
- ✓ **Vendredi 5 mars** : Couture avec Lucile
- ✓ **Vendredi 12 mars** : Charleston de 9h30 à 11h avec Anna + Musique avec Sarah de 11h15 à 12h15
- ✓ **Vendredi 19 mars** : Charleston de 9h30 à 11h avec Anna + Musique déchiffrement avec Sarah de 11h15 à 12h15
- ✓ **Vendredi 26 mars** : Charleston de 9h30 à 11h avec Anna + Examen blanc travail de groupe ou EAT
- ✓ **2 avril** : culture chorégraphique (analyse de spectacle sur 3 vidéos de chorégraphes connus) avec Capucine
- ✓ **Vendredi 23 avril** : à définir
- ✓ **Vendredi 30 avril** : à définir
- ✓ **Vendredi 14 mai** : Notation du mouvement Laban avec Camille
- ✓ **Vendredi 21 mai** : Notation du mouvement Laban avec Camille
- ✓ **Vendredi 28 mai** : festival St Michel en scène
- ✓ **Prévoir 2 ateliers musique avec Anais (travail de rythme, chant et placement voix, analyse de musique) et 1 atelier kiné prévention des blessures.**

Complément stages et cours exceptionnels sur les horaires de cours :

- ✓ **Jeudi 15 octobre à 11h15** : Pilates ballons avec Camille
- ✓ **Lundi 2 novembre à 10h45** : classique avec Lucile Arques
- ✓ **Mardi 3 novembre à 9h30** : classique avec Lucile Arques
- ✓ **Jeudi 3 décembre à 11h15** : Pilates rouleaux avec Camille

- ✓ **Mercredi 9 décembre à 9h30** : Hip Hop avec Tom
- ✓ **Jeudi 10 décembre à 9h30** : Hip Hop + impro avec Tom
- ✓ **Mardi 15 décembre à 9h30** : Floowork + impro avec Jean-Loup
- ✓ **Mercredi 16 décembre à 9h30** : Floowork avec Jean-Loup
- ✓ **Jeudi 17 décembre à 9h30** : Jazz Méthode Mattox avec Françoise
- ✓ **Vendredi 18 décembre à 10h** : Jazz Méthode Mattox avec Françoise
- ✓ **Jeudi 14 janvier à 9h30** : Cabaret chaises avec Tabatha
- ✓ **Vendredi 15 janvier de 10h à 12h30** : Cancan + cabaret plumes avec Tabatha
- ✓ **Mardi 9 février à 9h30** : Orchestre choré baskets avec Tabatha
- ✓ **Mercredi 10 février à 9h30** : Orchestre choré talons avec Tabatha
- ✓ **Mardi 23 et mercredi 24 février à 9h30** : Jazz Méthode Mattox avec Françoise
- ✓ **Lundi 22 mars à 10h45** : Contemporain impro avec Léa Jamilloux
- ✓ **Mardi 23 mars à 9h30** : Contemporain impro avec Léa Jamilloux
- ✓ **Prévoir un atelier Moderne avec Déborah Pautrat**

Dates de spectacle :

- ✓ **28 et 29 novembre** : Fête de Noël à l'école de danse
- ✓ **22 janvier** : Festival Spirale centre culturel Renan
- ✓ **29 janvier** : Spectacle des soli Péniche Didascalie à Ramonville
- ✓ **6 mars** : Apéro-danse à l'école de danse
- ✓ **24 avril** : Scènes ouvertes maison de quartier Rangueil
- ✓ **28 et 29 mai** : Festival St Michel en scène
- ✓ **5 et 6 juin** : Spectacle de fin d'année de l'école de danse au théâtre du Pavé (prévoir générale du spectacle le 23 mai)
- ✓ **27 juin** : Spectacle jeune public de la nouvelle création

Dates à venir : Défis improvisation à prévoir dans l'année / Festival de Léguevin janvier ou février / Actes dansés courant avril ou mai / Festival de danse Narbonne au milieu des vacances de Pâques à définir si on s'inscrit / Scènes ouvertes de Portet sur Garonne à définir / Dates de spectacle jeune public début juillet à prévoir.

Vacances et jours fériés :

- ✓ **26 octobre au 1^{er} novembre** : vacances de Toussaint sauf pour les EAT.
- ✓ **11 novembre** : férié, cours annulé et remplacé début juin.
- ✓ **21 décembre au 3 janvier** : vacances de Noël.
- ✓ **15 au 21 février** : vacances d'hiver
- ✓ **29 mars** : férié, cours annulé et remplacé début juin
- ✓ **5 mars au 18 avril** : vacances de Pâques
- ✓ **6 et 7 mai** : pas de cours mais prévoir des scènes ouvertes
- ✓ **Semaine du 31 mai** : rattrapage de cours

Arrêt des cours techniques le 27 mai 2027.

=> Prévoir des remplacements de cours, des répétitions et des spectacles tout au long du mois de juin et début juillet.