

LA COMPAGNIE INDIGO



WEEK-END À DIEPPE

DANSE LIBRE !

STAGE DE DANSE À LA MER

5 ET 6 AVRIL

2025



LA COMPAGNIE INDIGO

BASÉE À PARIS, LA COMPAGNIE INDIGO PROPOSE DES SPECTACLES VIVANTS AINSI QUE DES STAGES ARTISTIQUES TOUT AU LONG DE L'ANNÉE POUR UN PUBLIC INCLUSIF. ELLE SOUHAITE INVITER LA POÉSIE, LE THÉÂTRE, L'ÉCRITURE ET LA DANSE LIBRE DANS DES LIEUX ATYPIQUES: TIERS LIEUX, FRICHES URBAINES, ÉGLISES, PARKING, THÉÂTRES ÉPHÉMÈRES, PLAGES FORÊT... LA COMPAGNIE CRÉE DES ATELIERS ET RETRAITES ARTISTIQUES MULTILINGUES EN FRANCE ET À L'INTERNATIONAL .

CLIO VAN DE WALLE

COMÉDIENNE, METTEUSE EN SCÈNE ET AUTRICE DE THÉÂTRE DIPLÔMÉE DU CONSERVATOIRE NATIONAL DE PARIS, CLIO FAIT DU THÉÂTRE COMME ON A FAIM ET COMME ON A SOIF. AMOUREUSE DES PETITES ET DES GRANDES HISTOIRES DE L'HUMANITÉ, ELLE RÊVE DE PROJETS INCLUSIFS ET SOLIDAIRES, IMAGINE DES SPECTACLES FOUS AU BORD DE L'EAU, FAIT DU THÉÂTRE DANS LE NOIR, DIRIGE DES ATELIERS D'ÉCRITURE EN FORÊT... CHAQUE MATIN, ELLE BOIT SON CAFÉ CHAUD ET FUMANT DE POÉSIE SAUVAGE ET JOYEUSE.



PROGRAMME

SAMEDI 5 AVRIL

Week-end 6h de danse + hébergement

ARRIVÉE À DIEPPE AUTONOME

13H RDV À *L'INATTENDU*

PRÉPARATION & DÉJEUNER COLLECTIF

14H30 > 17H30 DANSE LIBRE

TEMPS LIBRE, BALADE À LA MER, HÔTEL, VISITE DE LA VILLE...

20H PRÉPARATION & DÎNER COLLECTIF À L'HÔTEL

SOIRÉE ET NUITÉE À L'HÔTEL PARTICULIER

DIMANCHE 6 AVRIL

PRÉPARATION & PETIT DÉJEUNER À L'HÔTEL PARTICULIER

10H30 > 13H30 DANSE LIBRE

PRÉPARATION DÉJEUNER COLLECTIF À *L'INATTENDU*

TEMPS LIBRE - DÉPART DE DIEPPE AUTONOME



LA DANSE LIBRE



La danse libre, c'est quoi?

INSPIRÉE DE LA TECHNIQUE AMÉRICAINE DE LA DANSE 5 RYTHMES, LA DANSE LIBRE FAIT DU BIEN À L'ÂME, À L'ESPRIT, AU CŒUR ET AU CORPS! QUEL QUE SOIT VOTRE NIVEAU DE DANSE, VOTRE ÂGE, QUE VOUS SOYEZ AU TOP DE VOTRE FORME OU EN SITUATION DE HANDICAP PHYSIQUE, VENEZ "DANSER LIBRE" ET CONVOQUER L'ÉNERGIE DU PRINTEMPS DANS UN CADRE BIENVEILLANT ET ACCUEILLANT SUR UNE PLAYLIST ÉVOLUTIVE CONCOCTÉE AVEC AMOUR ET SOIN.

POUR QUI?



Danser libre, c'est pour tout le monde!

LA DANSE LIBRE EST LA PRATIQUE LA PLUS INCLUSIVE QUI SOIT.

QUE VOUS AYEZ 14 OU 107 ANS, VENEZ CÉLÉBRER LA JOIE PURE ET SIMPLE D'ACCUEILLIR LE MOUVEMENT DANS VOTRE VIE.

CE STAGE NE DEMANDE AUCUN PRÉ-REQUIS, QUE VOUS SOYEZ DANSEUR.SES PROFESSIONNEL.LES OU AMATEUR.ICES, AU TOP DE VOTRE FORME PHYSIQUE OU EN BÉQUILLES, VOUS ÊTES LES BIENVENU.E.S!

DÉROULÉ DES SÉANCES

Un voyage en trois temps



DÉBRANCHONS NOS CERVEAUX POUR PLONGER DANS LES ABYSSES DE NOS SENSATIONS ET DE NOS IMAGINAIRES. EXERCICES SENSORIELS, IMPROVISATIONS, ET VOYAGES VOCAUX... SERONT AU RENDEZ VOUS!

1/ VAGUE DE DANSE LIBRE (1H15)

2/ EXERCICES GUIDÉS MUSIQUES ODEURS ET MATIÈRES, VISUALISATION, RELAXATION...
(1H 15)

3/ TEMPS D'ÉCHANGE CERCLE DE PAROLE (20 MINUTES)

5 & 6 AVRIL 2025

LA COMPAGNIE INDIGO

DIEPPE

La cité au quatre ports à 2h30 de Paris



DIEPPE EST UNE VILLE ASSEZ MAGIQUE,
AVEC SA GRANDE PLAGE DE GALETS ET SES
FALAISES, SES PETITS CAFÉS ET SON
MARCHÉ DU SAMEDI MATIN, SES LIBRAIRIES
ET SES 4 PORTS..
.LE TEMPS D'UN WEEK-END VENEZ PROFITEZ
DU PRINTEMPS QUI COMMENCE EN PLEIN
CENTRE VILLE DE DIEPPE!

DIEPPE EST À 2H30 DE ROUTE DE PARIS EN
VOITURE OU EN TRAIN DEPUIS SAINT-LAZARE

LE LIEU DU STAGE



L'inattendu, un lieu unique!

L'INATTENDU C'EST UN ESPACE ARTISTIQUE CULTUREL ET SOCIAL QUI PROPOSE DES SPECTACLES VIVANTS, ATELIERS, RÉSIDENCES D'ARTISTES, CAFÉS PHILO...

UN BAR ASSOCIATIF, UNE CUISINE PARTAGÉE, UNE SALLE DE RÉPÉTITION DE 70M2, UNE ÉPICERIE SOLIDAIRE ÉCO-RESPONSABLE...BREF UN VÉRITABLE ESPACE DE VIE ET DE PARTAGE À 7MIN À PIED DE LA GARE DE DIEPPE ET À 15 MIN DE LA PLAGE!

11 AV NORMANDIE SUSSEX
76200 DIEPPE

LA SALLE DE DANSE ET L'ESPACE CAFÉ

LA COMPAGNIE INDIGO



5 & 6 AVRIL 2025

LA COMPAGNIE INDIGO

L' HÉBERGEMENT

Un hôtel particulier en plein cœur de Dieppe



NOUS LOGERONS DANS CETTE DEMEURE HISTORIQUE DE 1930 RESTAURÉE AVEC SOIN EN PLEIN CENTRE VILLE À DEUX PAS DE LA PLAGE ET DES COMMERCES

COMPOSÉE SUR 2 NIVEAUX, 5 CHAMBRES, 2 SALLE DE BAINS, 2 WC, UN VASTE SÉJOUR, UNE CUISINE ÉQUIPÉE. A L'ABRI DES REGARDS, UNE TERRASSE DE 150 M2, SALON DE JARDIN, SALLE DE BILLARD, JEUX ...

CAPACITÉ D' ACCUEIL JUSQU'À 14 PERSONNES

NUITÉE LITS SIMPLES EN CHAMBRE PARTAGÉE

LA COMPAGNIE INDIGO





LE TARIF

195 euros

Formule 6h de danse + une nuitée
hôtel particulier dans le centre de Dieppe



LE VOYAGE ALLER RETOUR À DIEPPE N'EST PAS INCLUS
TRAIN PARIS SAINT LAZARE - DIEPPE > ENV. 2H30 DE TRAJET
UNE PROPOSITION DE COVOITURAGE SERA PEUT-ÊTRE POSSIBLE

LES REPAS SONT À LA CHARGE DES PARTICIPANT.ES
LES MENUS POURRONT ÊTRE PENSÉS ET PRÉPARÉS
COLLECTIVEMENT À MOINDRE COÛT DANS LA CUISINE DU LIEU
DU STAGE ET CELLE DE L'HÉBERGEMENT

RÉSERVATIONS



**Inscriptions ouvertes jusqu'au 15 mars 2025
dans la limite des places disponibles**

1 / ENVOYEZ UN MAIL À LACOMPAGNIEINDIGO@YAHOO.FR

2/ VALIDEZ VOTRE INSCRIPTION PAR VIREMENT BANCAIRE DE 195 €

LA COMPAGNIE INDIGO EST UNE ASSOCIATION LOI 1901 ET NE BÉNÉFICIE D'AUCUNE SUBVENTION, AUCUN REMBOURSEMENT NE POURRA ÊTRE EFFECTUÉ EN CAS D'ANNULATION DE PARTICIPATION AU STAGE APRÈS LE 20 MARS 2025

SI LE NOMBRE DE PARTICIPANT.ES MINIMUM N'EST PAS ATTEINT, LE WEEK-END SERA ANNUMÉ ET VOUS SEREZ INTÉGRALEMENT REMBOURSÉ.ES

WWW.LACOMPAGNIEINDIGO.COM