

STAGE E S D ANSE



CONTEMPORARY
FLOW

avec Manon PIERRE

Gymnase Simone Veil
278 avenue Morane Saulnier
78530 BUC



DIMANCHE
15
MARS

STAGE

CONTEMPORARY FLOW
avec Manon PIERRE

DIMANCHE 15 MARS

14h15 - 16h15

Niveau Débutant / Intermédiaire
(à partir de 12 ans)

16h30 - 18h30

Niveau Intermédiaire / Avancé

25€ / adhérents
30€ / extérieurs

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

bucdanse@gmail.com

<https://bucdanse.wixsite.com/association>

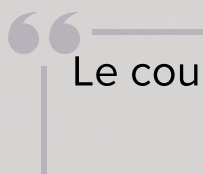




CONTEMPORARY FLOW

avec Manon PIERRE

Manon propose une approche fluide de la danse contemporaine offrant à chacun un espace d'expression dans un cadre bienveillant.



Le cours commence par un échauffement complet pour préparer le corps au reste du cours.

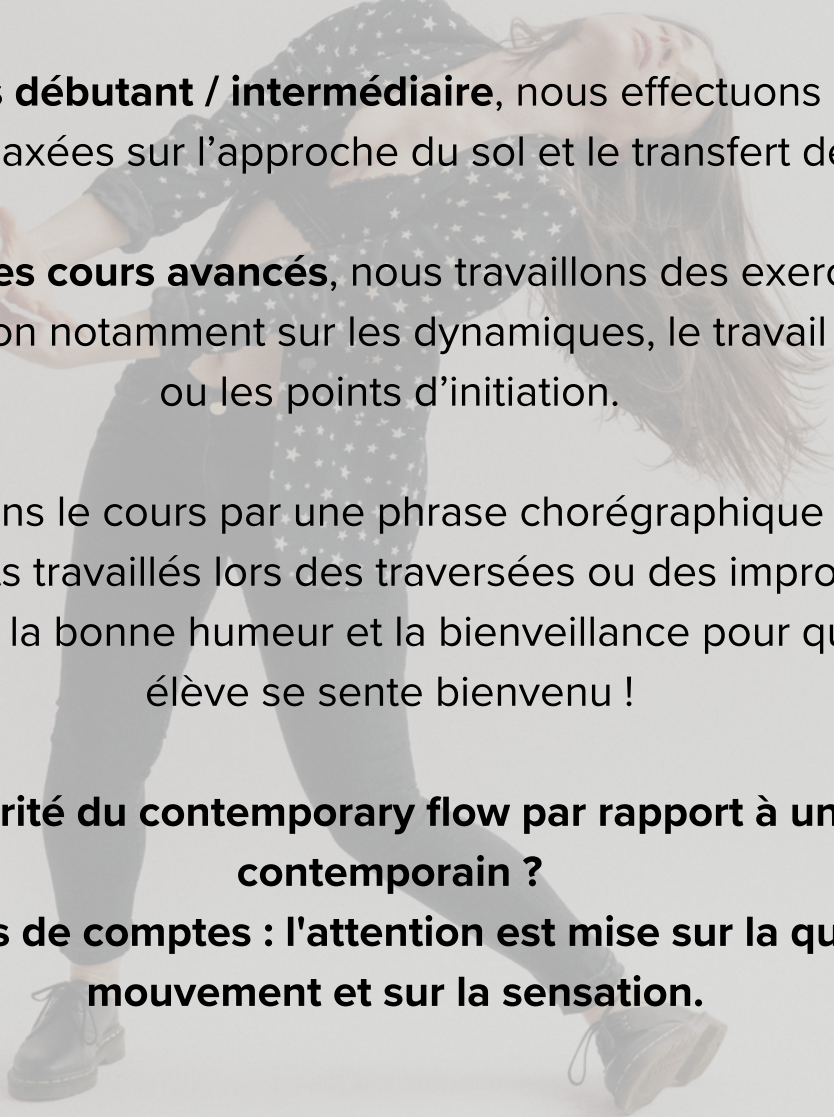
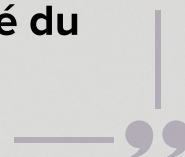
Dans le cours débutant / intermédiaire, nous effectuons ensuite des traversées axées sur l'approche du sol et le transfert de poids .

Dans les cours avancés, nous travaillons des exercices d'improvisation notamment sur les dynamiques, le travail de matière ou les points d'initiation.

Nous finissons le cours par une phrase chorégraphique reprenant des éléments travaillés lors des traversées ou des improvisations. Le tout dans la bonne humeur et la bienveillance pour que chaque élève se sente bienvenu !

La particularité du contemporary flow par rapport à un cours de contemporain ?

Il n'y a pas de comptes : l'attention est mise sur la qualité du mouvement et sur la sensation.





MANON PIERRE

**Danseuse, professeure et
chorégraphe**

Originnaire de Rennes, Manon Pierre s'est formée en danse jazz et classique en Bretagne. À son arrivée à Paris, elle continue sa formation de manière autodidacte et découvre la danse contemporaine. Elle commence à enseigner en 2021.

En 2023, elle part aux **États-Unis**, à New York et Los Angeles, où elle rencontre des chorégraphes et professeurs tels que Max Stone, Zack Benitez, Vive Khamsingsavath, Ground Grooves et Mike Tyus, qui affinent son style en **contemporary flow**.

De retour en France, elle fonde l'**Authentic Dance Company** pour porter ses valeurs à travers ses créations chorégraphiques.

Ses pièces, influencées par le contemporain et le lyrical, se distinguent par **leur poésie et fluidité**, avec une attention particulière à l'**authenticité** et l'**expression de son vécu**.

