

# STAGE E S N A D



**SOFT SHOES**  
danse irlandaise

avec **NINA BAH**



crédit photo : @Laurent Paillier

**Gymnase Simone Veil**  
**278 avenue Morane Saulnier**  
**78530 BUC**



**SAMEDI**  
**17**  
**JANVIER**



# STAGE

## DANSE IRLANDAISE avec Nina Bah

**SAMEDI 17 JANVIER**

**14h45- 16h15**

Adolescents 10-14 ans

**16h30 - 18h**

Adolescents - Adultes (dès 15 ans)

**10€ / adhérents**

**15€ / extérieurs**

crédit photo : @Laurent Paillier

**RENSIGNEMENTS & INSCRIPTIONS**

[bucdanse@gmail.com](mailto:bucdanse@gmail.com)

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







# SOFT SHOES avec Nina Bah

**Les danses irlandaises en soft shoes se distinguent par leur légèreté, leur précision rythmique et leur musicalité.**

Elles se dansent en chaussures souples, permettant des déplacements fluides, des sauts aériens et un travail raffiné de la vitesse et de la clarté des pas.

Nées au cœur des traditions populaires d'Irlande, elles puisent leur énergie dans la musique traditionnelle et se sont transmises de génération en génération avant de rayonner aujourd'hui sur les scènes internationales.

À travers des chorégraphies dynamiques et élégantes, les danseurs explorent la richesse des rythmes irlandais (reels, jigs, slip jigs...), tout en développant coordination, endurance et sens du collectif.

**Cette discipline, à la fois exigeante et joyeuse, allie rigueur technique et énergie communicative : une rencontre entre tradition et vitalité contemporaine**





# Nina Bah

**Danseuse, professeure et  
chorégraphe**

Née en région parisienne, Nina grandit au Burkina Faso où elle commence la danse afro-jazz. De retour à Paris, elle se forme à la danse classique tout en découvrant la danse irlandaise, qu'elle décide de poursuivre avec passion.

A 13 ans, elle intègre le Conservatoire et puis quelques années plus tard la formation professionnelle de l'IFP Rick Odums.

Elle se spécialise en danse irlandaise et participe à des compétitions internationales en Allemagne, Angleterre et Irlande. Elle est médaillée aux Championnats d'Europe et est qualifiée pour les Championnats du Monde 2011 à Dublin. Nina entre ensuite dans la Compagnie Avalon Celtic Dances qui se produit dans de nombreuses villes en France et à l'étranger.

Nina a également dansé dans le spectacle Not Just Married, création de la Slán Irish Dance Company.

Aujourd'hui, Nina fait vivre son art au sein de son école LaCaDances, en créant, en transmettant et en partageant son expérience à travers cours, chorégraphies, spectacles et stages.

