

## Académie du Mieux-Être

Association Loi 1901 agréée par le Ministère de la Jeunesse,  
des Sports et de la Vie Associative

### Stage d'été 2022- danse classique

A l'école de danse "RocklanDanse" - 133 rue Championnet - 75018 Paris

Un stage de danse classique "**niveau intermédiaire**" est prévu **du samedi 9 juillet au mercredi 13 juillet 2022 inclus**

- ⇒ Échauffement, barre au sol
- ⇒ Nouvelle barre classique, milieu, pointes et demi-pointes
- ⇒ Travail en atelier d'une variation du répertoire classique

- **Samedi 9** (2 cours) :
  - 11h00 à 12h30 : cours classique
  - 12h30 à 13h45 : variation du répertoire classique
  - 13h45 à 14h00 : relaxation musculaire (technique de Jacobson)
- **Dimanche 10** (2 cours) :
  - 11h00 à 12h30 : cours classique
  - 12h30 à 13h45 : variation du répertoire classique
  - 13h45 à 14h00 : relaxation musculaire (*avancés & intermédiaires en commun*)
- **Lundi 11** : 19h00 à 20h30 cours classique & répétition variation
- **Mardi 12** : 19h00 à 20h30 cours classique & répétition variation
- **Mercredi 13** : 19h00 à 20h30 cours classique & répétition variation

Tarif pour tout le stage, correspondant à sept cours d'1h30 environ .....80,00 euros

Tarif pour un cours .....18,00 euros

Pour tous renseignements complémentaires, vous pouvez nous contacter :

- au 06 63 46 71 37
- ou par e-mail à : [academiedumieuxetre@gmail.com](mailto:academiedumieuxetre@gmail.com)

\*\*\*\*\*

### **Informations rentrée 2022/2023 :**

Les inscriptions sont actuellement ouvertes sur le site (<https://academie-du-mieux-etre.com>) pour tous les élèves, ceci afin de réserver votre place dans le(s) cours que vous choisirez. Vous pouvez régler votre année par virement bancaire, ou par chèques, lesquels ne seront encaissés qu'à partir de **septembre**.

- Reprise de tous les cours le **lundi 12 septembre 2022**, avec la porte ouverte à Rockland
  - Nous participerons au forum du temps libre et des loisirs le **samedi 10 sept. 2022**.
  - Pour les élèves qui participent aux chorégraphies, reprise les **mardi 6 et mercredi 7 sept.** pour les répétitions
- Le forum aura lieu au gymnase Micheline Ostermeyer, anciennement Pajol au 22 ter rue Pajol (métro Marx Dormoy) bus 31, 60.

Nous vous souhaitons à tous et à toutes une agréable fin d'année, un bon stage et un bon été.

**L'Académie du mieux-être, le Président, les Professeurs et les Intervenants.**

-----  
Pour la bonne organisation du stage (effectifs, location des salles, horaires), et afin de savoir si nous pouvons maintenir les deux niveaux de cours, nous vous remercions de nous remettre votre inscription & règlement au moyen de ce coupon le plus rapidement possible.

NOM : .....

Prénom : .....

Signature :