L'Ensemble Donaïres
vous propose

L'Atelier de Danses de Bal

Avec Ana Yepes



Danses traditionnelles historiques ou contemporaines, pratiquées dans les bals en Europe du XV^e^ siècle à nos jours.

UN SAMEDI PAR MOIS • 18h - 19h30

2026
17 octobre • 7 novembre • 5 décembre

2027
16 janvier • 6 février • 6 mars
10 avril • 15 mai • 12 juin

Espace *Velliðan*
13 route du Moulin, hameau de Cugny
77690 La Genevraye
Près de Fontainebleau, Montigny-sur-Loing, Moret-sur-Loing et Nemours

PRIX LIBRE
Selon les moyens de chacun.
Un ou plusieurs ateliers au choix. Inscription à l'avance souhaitée.

APÉRO PARTICIPATIF APRÈS L'ATELIER
Apportez quelque chose à boire ou à grignoter pour partager un moment convivial.

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS
06 25 47 84 00 • ensembledonaires@gmail.com
www.danza-yepes-romani.com

L'Atelier de Danses de Bal

Avec Ana Yepes



CONTENU

Échauffement corporel en douceur, à l'écoute des besoins de chacun, selon les cinq mouvements et la pratique du mouvement spontané.

Explorer les mouvements et les techniques de danse pour mieux s'exprimer avec son corps et danser avec les autres.

Découverte et mise en relation de danses européennes pratiquées dans les bals du XV^{e} siècle à nos jours :

- Renaissance : basses danses, branles, pavanes, gaillardes.
- Siècle d'Or espagnol : zarabanda, chacona, españoleta.
- Cour de Louis XIV : menuets, bourrées, contredanses.
- Danses traditionnelles françaises : bourrée, an-dro et hanter-dro bretons.
- Danses traditionnelles espagnoles : jota, bolero, fandango, alegrías.
- Bal musette : valse, polka, tango.

Le programme se construira au fil de l'année à partir de ce répertoire, selon les envies des participants.

NIVEAU

Pour toutes les générations : enfants, parents, grands-parents, amis.

Pratique de niveau débutant. Les danseurs plus expérimentés sont également les bienvenus et pourront pratiquer des variantes plus techniques.

Il n'est pas nécessaire de venir avec un partenaire.

MATÉRIEL

Apportez votre gourde et une tenue confortable.

Chaussons de danse de salon ou classique, chaussettes ou pieds nus.

Accessoires utiles : jupe, éventail.

MUSIQUE

Musique enregistrée très variée et travail rythmique : zapateado (pas frappés au sol), palmas (rythmes frappés dans les mains) et castagnettes pour ceux qui le souhaitent.

Des musiciens pourront jouer en direct selon leurs disponibilités. Vous souhaitez apporter votre instrument ? Vous êtes les bienvenus !

LE LIEU

Espace *Velliðan* à Cugny, La Genevraye.
« *Velliðan* » est un mot islandais évoquant le bien-être, le confort et le fait de se sentir bien.

L'ENSEMBLE DONAÏRES

Association loi 1901 dédiée aux danses et aux musiques anciennes et traditionnelles.

Direction artistique : Ana Yepes.

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

06 25 47 84 00 • ensembledonaires@gmail.com • www.danza-yepes-romani.com