



Tél S.D.M : 06 84 27 22 43

Tél Professeurs : 06 32 24 21 60

# NEW LETTER AVRIL 2022

ACTUALITÉS – ÉVÈNEMENTS – ATELIERS/STAGES ...

*Photo Christophe Desmarres*

## ATELIER DANSE - STAGES

VENDREDI 1 – SAMEDI 2 -DIMANCHE 3 AVRIL

C  
h  
o  
r  
é  
g  
r  
a  
p  
h  
i  
q  
u  
e  
  
A  
t  
e  
l  
i  
e  
r

### LOLA FOUCHER ET ADRIEN LEJEUNE

Danseurs professionnels Cie Poisson Pilote de Anne-Marie Porras Montpellier.

L'association propose un nouveau atelier chorégraphique. Ensuite les 4 ateliers seront mixés afin de présenter au spectacle de juillet les extraits des chorégraphies travaillées afin de monter une pièce.

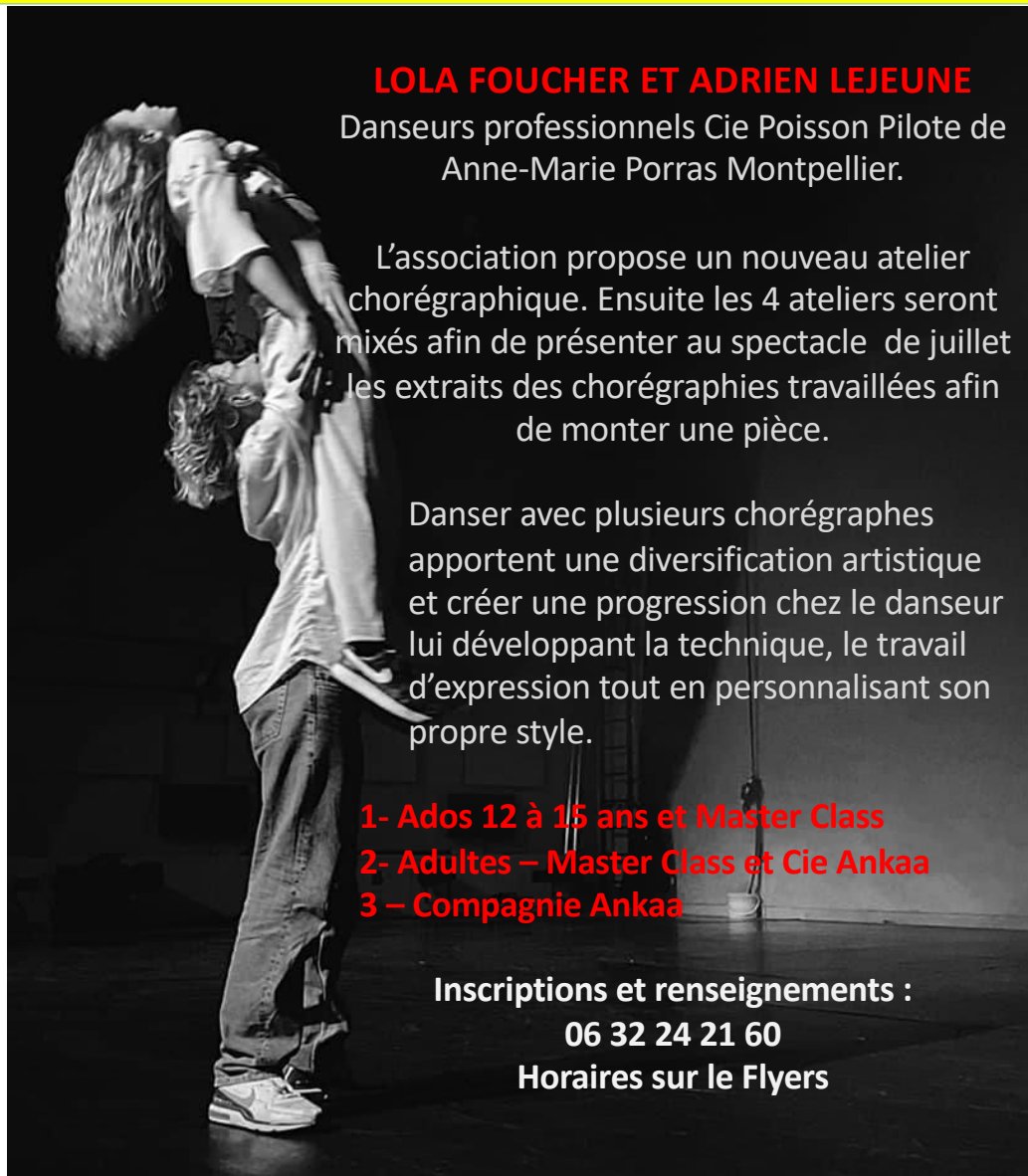
Danser avec plusieurs chorégraphes apportent une diversification artistique et créer une progression chez le danseur lui développant la technique, le travail d'expression tout en personnalisant son propre style.

- 1- Ados 12 à 15 ans et Master Class
- 2- Adultes – Master Class et Cie Ankaa
- 3 – Compagnie Ankaa

Inscriptions et renseignements :

06 32 24 21 60

Horaires sur le Flyers



# EVÈNEMENTS

**DIMANCHE 10 AVRIL**

Formation **ACCES BARS** avec Ingrid GISSINGER.

## POUR QUOI ?

Relaxation intense - Regain d'énergie  
Arrêt de la rumination mentale  
Diminution des pensées négatives et jugements limitants  
Apaisement des douleurs - Lâcher prise  
Faciliter le changement - Réduire le stress  
Renforcer la confiance en soi  
Aider à sortir du burnout et de l'épuisement  
Améliorer l'hyper-activité - Faciliter la prise de décision  
Et bien d'autres choses encore...

Si vous souhaitez visionner en replay le Zoom d'information, faire la demande à Brigitte ou Guillaume.

Les inscriptions sont encore possibles jusqu'au 8 avril.



**ACCESS BARS®**  
Et ça repart...  
à  
Sablé/Sarthe  
le 10 avril 2022

Libération du stress, des émotions négatives, idéal pour les enfants et les parents !!!

**ZOOM D'INFORMATION**  
**DIMANCHE 06 MARS 17H**

Avec:  
Ingrid GISSINGER - Facilitatrice certifiée



# VACANCES DE PÂQUES

**Du 10 au 24 avril**



# SPECTACLE - BILLETTERIE

**Du 25 au 29 avril**

**3 semaines de vente pour la billetterie sont programmées au studio de danse:**

## Permanences d'Avril :

1. Lundi 25 de 18H30 à 20H
2. Mardi 26 de 18H à 20H30
3. Mercredi 27 de 18H30 à 20H
4. Jeudi 28 de 18H30 à 20H30
5. Vendredi 29 de 18H à 20H30



**EN AVRIL**, Les adhérents des associations Sablé Danse Mania et Zumba'Titude auront la priorité pour la réservation des places du spectacle de fin d'année.

Les permanences sont programmées sur une période de 3 mois afin de vous permettre un règlement en 3 fois. (d'avril à juin 2022)

**AVRIL du lundi 25 au vendredi 29**

**MAI du lundi 16 au vendredi 20**

**Juin du lundi 20 au dimanche 26**

**À partir du mois de mai**, les ventes de la billetterie seront ouvertes au public!!!

Il y aura 2 représentations le 9 juillet 2022 : **15H00 et 20H30**

## À PROGRAMMER...Pour Mai 2022

### SAMEDI 14 ET DIMANCHE 15 MAI

#### STAGE DE SALSA CUBAINE Avec Roland BOUCHON

3H de cours samedi ou dimanche

Les cours sont gratuits afin de vous faire découvrir la salsa cubaine.

S'inscrire en couple de préférence!!!



### SAMEDI 21 ET DIMANCHE 22 MAI

#### ATELIER CHORÉGRAPHIQUE AVEC LOLA FOUCHER et ADRIEN LEJEUNE

Pour les cours suivants :  
**Ados – Adultes – Master Class et  
Cie Ankaa**

Dernier atelier de la saison 2021/2022  
avant la mise en place de la pièce  
chorégraphique pour le spectacle du  
9 juillet à Sablé/Sarthe.

