

# Stage d'été 3-6 août 2025

danse afro-contemporaine  
improvisation  
explorations somatiques

2<sup>e</sup>  
édition!



## Les Bacconets, Drôme

Site exceptionnel, forêt aux alentours et vue sur les montagnes  
Hébergement sous tente, en dortoir cocoon, en caravane  
Cuisine végétarienne

stage  
tous niveaux



Compagnie O DanSES  
Aurélia Fradin  
& Gwenaëlle Chastagner Angei

Infos et inscription  
compagnieodances.fr / 06 73 29 29 26  
compagnieOdances@gmail.com  
helloasso Compagnie O DanSES



## Le contenu du stage

### *Les matins : Danse afro-contemporaine*

Les danses prennent leurs sources dans les cultures rituelles africaines, irriguées par des influences asiatiques et contemporaines. Cette gestuelle délie le corps (ondulation de la colonne vertébrale, vibrations dans le sternum, mobilité du bassin) et éveille à l'ancrage par un travail sur l'axe, le rebond qui mène à l'envol. La répétition du geste permet de se familiariser en laissant de côté la tête pour entrer progressivement dans les sensations. Formée par Elsa Wollaston, pionnière des danses africaines en France, Aurélia transmet une dizaine de danses (Bakka, Kakilambé, Uhuru, Trois pas, Sortie de case... etc.). L'expérience des danses en binôme ou à plusieurs tisse des liens dans le groupe. Chacun·e a sa place, avec son niveau d'expérience. Pour certaines danses, on ajoute des chants en collectif qui ouvrent la voix. Nous dansons accompagné·e·s de la batterie de Gwenaëlle, du silence ou de la voix rythmée d'Aurélia. Le lien avec la musique live permet l'écoute et le dépassement de la fatigue par le plaisir du mouvement !



### *Les après-midis : Explorations somatiques – Improvisation*

Ces espaces d'exploration somatiques et d'improvisation sont créés pour cultiver un art de la présence au corps et à sa créativité dans l'instant. On apprivoise son mouvement personnel et le lien avec l'autre. On se familiarise avec le toucher, la conscience de l'espace et du temps, la musicalité du corps et la relation avec la musique vivante. Les temps d'improvisation prennent place en petits ou grands groupes, en solo, avec une musique créée sur mesure pour vous. Goût pour l'inconnu, le lâcher-prise, le groove, la composition spontanée, le jeu ! Des espaces de partage en petits groupes permettent de déposer des mots sur l'expérience et de renouveler le regard sur nos explorations. Un temps d'atterrissage au sol sera guidé pour sentir détente et intégration.

*Le sourire d'Aurélia illumine corps & âmes. Son approche de la danse, afro comme impro, est extrêmement bienfaisante et revitalisante. La sensibilité de Gwenaëlle est imparable. Ses rythmes en perpétuelle métamorphose à l'écoute du présent soutiennent et inspirent tous·tes et chacun·e à chaque instant.*  
— Ipek, une stagiaire

Pas besoin d'être danseur·euse, le stage est un espace pour apprendre, découvrir, explorer et approfondir. Ouvert à tous les niveaux, à tous les âges à partir de 18 ans. Entre 5 et 6h de pratique par jour.

### *Aurélia Fradin*

Elle nourrit sa pratique des danses traditionnelles d'Afrique de l'Ouest, du hip-hop funkstyle, de la danse contemporaine, de l'improvisation, des pratiques somatiques, du kinomichi et de la danse derviche. Elle a aussi reçu une formation musicale et a participé à des créations interdisciplinaires. Riche de rencontres auprès d'artistes internationaux telles que Marie Houdin, Mathilde Rondet, Fatou Traoré, Alice Godfroy, Sandrine Maisonneuve, Aïda Colmenero Días/école des sables, Aurélia croise les expériences de corps issues de différents milieux. Diplômée d'un Master Danse à l'Université Paris 8, Aurélia a mené une recherche sur la chorégraphe afro-américaine Elsa Wolliaston et s'est formée à ses côtés depuis 2014. Elle a été son assistante au workshop « La musicalité du corps » au CND en 2017. D'abord médiatrice culturelle à Chaillot, elle a commencé à enseigner la danse auprès d'Annabelle Bonnéry. Elle a collaboré avec différents musicien·ne·s : Laurène Durantel à la contrebasse, Simon Marini au djembé, Mai Thành Nam aux percussions vietnamiennes, Gwenaëlle Chastagner Angei à la batterie. Elle a fondé en 2020 la Compagnie O Danses pour enseigner et déployer ses projets artistiques.



### *Gwenaëlle Chastagner Angei*

Elle explore différents médiums, des arts à la musique. Elle a fait partie de plusieurs groupes de musiques actuelles. Elle a notamment été la batteuse du trio Dors Chat en résidence longue au Ciel à Grenoble. Diplômée de l'ESAG en art et design en 2013, elle apparaît aussi à l'image en personnage principal du film-poème Lahdha d'Amandine Ferrando tourné au Maroc. Gwenaëlle est entrée dans le milieu genevois du spectacle vivant avec Yann Marussich en 2014, puis avec la chorégraphe Mélissa Cascarino pour qui elle a joué en live et composé des bandes sonores. Elle a aussi collaboré avec les compositeurs suisses Julie Semoroz et Thomas Chaillan. Elle a créé des atmosphères variées, en sonorisant voix, basse, mandole, percussions et instruments à vent. En 2021, elle a rejoint la Cie O pour des projets de création, puis s'est initiée aux rythmes des danses par un travail approfondi aux côtés d'Aurélia Fradin, et a rencontré à cette occasion Elsa Wolliaston et le batteur Jean-Yves Colson. Depuis 2022, elle accompagne les cours et les stages, et déploie son jeu de batterie au contact du mouvement des danseur·euse·s.



## Le lieu

Le site des Bacconets est un lieu de stage exceptionnel en pleine nature, tenu par Agnès et Nina. Situé au-dessus de Saillans, dans la vallée de la Drôme, à 30 min de Crest. Le bâtiment principal, ancienne bergerie entièrement rénovée abrite une grande salle de pratique, ainsi qu'un espace convivial de cuisine et salle à manger. Le site offre une vue dégagée sur les montagnes, et tout autour la forêt des hêtres donne une belle atmosphère pour des pauses ensoleillées en extérieur et des soirées chaleureuses. Le lieu comprend des hébergements insolites, un dortoir cocon, plusieurs caravanes, un site pour les tentes. Un bel espace pour se déposer, se relier au corps et à sa créativité !

L'adresse du lieu : Les Bacconets 26340 Saint-Sauveur en Diois



## Infos pratiques

### *Les dates*

Arrivée le samedi 2 août à partir de 17h30

Départ le mercredi 6 août à 14h

### *Le coût pédagogique*

290€	tarif solidaire
310€	tarif normal
330€	tarif soutien
10€	adhésion Cie O

Le paiement est à régler auprès de la Cie O en priorité sur la plateforme [helloasso](https://helloasso.com). Si vous n'êtes pas familier des paiements en ligne, le règlement est aussi possible par chèque ou liquide. Les trois tarifs permettent d'ajuster en fonction de vos ressources, tout en ayant en conscience le prix médian pour que les intervenantes soient rémunérées à un prix juste.

[www.helloasso.com/associations/compagnie-o-danses/evenements/stage-d-ete-2-3-au-6-aout-les-bacconets](https://www.helloasso.com/associations/compagnie-o-danses/evenements/stage-d-ete-2-3-au-6-aout-les-bacconets)

### *Le covoiturage*

Si vous venez de loin, les gares les plus proches seront Crest ou Die (éventuellement Saillans). À l'inscription dans le formulaire [helloasso](https://helloasso.com), vous êtes invité·e·s à proposer votre voiture ou à dire votre besoin de covoiturage. Le parking sur le site a peu de places, nous devons ainsi mutualiser les voitures, et laisser quelques places pour ceux·celles qui dormiront en camion. Nous donnerons une feuille de route sur l'accès au lieu pour les conducteurs·rices !

## Les repas

- Pour le samedi soir, chacun apporte un plat pour régaler le groupe en toute simplicité, à la façon d'une petite fête, un premier repas partagé.
- Pour les midis du dimanche, lundi, mardi, nous optons pour une formule nous invitant à nous déposer tous ensemble en ayant le plaisir de nous mettre les pieds sous la table. Les plats vegan d'Agnès nous permettront d'être bien disponibles dans nos corps pour danser l'après-midi.
- Pour le soir, Ariane et Marie de la Cie O ont préparé des menus simples et festifs. En petite équipe vous aurez l'occasion de préparer le repas d'une soirée. Cela permet à la fois de réduire le budget et de se rencontrer autrement, en se mettant au service du groupe ! La Cie O fera aussi des courses pour un petit-déj simple pour les matins.

17€/repas d'Agnès, soit un total de 51€ à régler aux Bacconets  
10€/repas + 3€/petits-déj, soit un total de 42€ à régler à la Cie O



## L'hébergement



5€/nuit tente/camion      soit un total de 20€ pour 4 nuits  
15€/nuit dortoir cocon      soit un total de 60€  
25€/nuit en caravane      soit un total de 100€

Vous êtes invités à nous dire votre type d'hébergement en amont.  
Adhésion à Ainsi sois toi (asso des Bacconets) : 5€  
Le paiement sera à régler sur place auprès des Bacconets.

Pour toutes questions, contactez l'équipe :  
[compagnieOdances@gmail.com](mailto:compagnieOdances@gmail.com) / 06 73 29 29 26

À bientôt pour danser ensemble !

