

# FICHE PEDAGOGIQUE

## ERD

CIE  
GREGOIRE  
& CO

LE—  
LIEU  
ESPACE DE CRÉATION  
ET D'ÉCHANGES  
DÉDIÉ À LA DANSE

## PRESENTATION DE LA FORMATION



### > SYLVIE LE QUÉRÉ / 2 octobre, 27 novembre

L'univers de Sylvie est bâti sur la relation des corps à l'environnement. Dans son travail d'écriture avec la Cie Grégoire & Co, elle s'appuie sur l'anatomie et la biomécanique du corps humain comme moteurs artistiques. Les trainings se composent des fondamentaux spécifiques à cette démarche.

Le déroulement du training est progressif afin de permettre de ressentir l'ossature, la musculature, les différentes parties du corps, et rendre le corps disponible à une grande variété de mouvements et d'états. La recherche se fait seul et en groupe.

Guidé par la respiration, la conscience de la peau, la liberté articulaire, le corps devient de plus en plus disponible à de nouveaux échanges entre le dedans et le dehors, entre notre corps et l'espace.

L'apprentissage de phrases est ponctué de temps d'exploration pour appréhender les qualités attendues comme le poids, la suspension, l'élan, la retenue, la résistance. Au travers de ces notions, un focus sur les chutes et les sauts sera proposé.

### > THIERRY MICOUIN / 9 octobre, 4 décembre

L'enseignement de Thierry Micouin explore les différents fondamentaux de la danse contemporaine, développe la conscience corporelle, la poétique de chacun et surtout, permet à chaque participant d'être auteur de ses gestes par l'expérience de la création. « Le cours technique débutera par un travail au sol avant de développer des notions de poids, d'appui et d'énergie. Les différentes qualités de mouvement et de rythme seront ensuite abordées à travers plusieurs enchaînements chorégraphiques. Ces entraînements ont pour objectifs de stimuler le sens kinesthésique, le centre, l'ancrage au sol et la disponibilité, dans un climat propice à l'apprentissage. »

## > NANDA SUC / 13 novembre

Dans le travail de Nanda, si on organisait un petit match, c'est sans doute l'endurance qui gagnerait sur la performance.

Plus concrètement, ça passe au début par un mimétisme imbécile et rigoureux, le temps que la sueur s'active, que la fatigue prenne ses quartiers et que les muscles s'expriment à pleins poumons. L'objectif est de semer son cerveau sur le chemin - la fatigue restant un excellent guide pour aller explorer ses limites et leur périphérie. Les propositions courtes et simples s'enchaînent à un rythme sportif - pas de temps pour la maîtrise ni pour le jugement.

Le corps devient fin stratège dans sa gestion de l'énergie ; une fois que les muscles n'ont plus de force, il va aller chercher tous les autres moyens pour générer le mouvement ; il s'appuie sur le squelette, les transferts de poids, la gravité ... Le corps crée un nouveau palier dans son rapport à l'effort, une forme de résistance joyeuse qui s'ancre dans la durée. La respiration, connectée avec le mouvement, s'approfondit et le rend puissant.

Les lignes changent. On peut alors aborder les idées de direction et d'opposition.

Ci-dessous, d'autres notions importantes de son travail :

- Dans le processus menant à l'état cité plus haut, la musique a un rôle aussi important que celui de la fatigue. Elle règne.

- Toutes les séances ont des motifs communs mais leur mise en place est chaque fois différente.

NB : Il existe un lien de parenté avec le training fitness qui s'avère être assumé avec joie.

## > SIMON HERVÉ / 20 novembre

Inspiré de la méthode « practice » de Yuval Pick, ce training est basé sur l'improvisation. Il commence par un réveil du corps en groupe au milieu de l'espace. Chaque danseur réveille son corps en improvisation guidée pour prendre conscience du groupe autour de lui et pour se mettre en mouvement.

L'improvisation repose sur un travail autour du transfert de poids d'une jambe à l'autre et sur les mouvements de rotation et d'extension du corps.

Ensuite le réveil du corps évolue en traversées de l'espace de danse pour continuer le travail autour du transfert de poids. Ces traversées sont en solos et en groupe (deux et plus) afin de danser en prenant conscience de l'espace qui nous entoure et des autres danseurs avec lesquels nous formons un tout. La séance se termine par des exercices écrits pour mettre en pratique le travail effectué dans les improvisations dans une forme plus cadrée de la danse. Ces exercices sont progressifs dans l'intensité afin d'arriver jusqu'au saut.

---

## PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉREQUIS

Cette formation professionnelle s'adresse aux enseignants de la danse, titulaires du Diplôme d'État ou bénéficiant d'une dispense, personnes ressources sous contrat avec l'Éducation Nationale, résidant en Côtes d'Armor, aux artistes interprètes, chorégraphes, danseurs professionnels ou en voie de professionnalisation, artistes du corps, personnes ayant un « statut étudiant-artiste », résidant en Côtes d'Armor. La formation est ouverte aux professionnels d'autres départements dans la mesure des places disponibles.

Pré-requis : pas de prérequis

Formation en français

Effectif : 16 stagiaires maximum

## DURÉE DE LA FORMATION

Durée : 2 heures par séance, 12 heures au total

Dates et horaires : : les 2 octobre, 9 octobre, 13 novembre, 20 novembre , 27 novembre, 4 décembre 2023, de 10h à 12h

## LIEU DE LA FORMATION

Au LIEU

Espace Sportif de la Madeleine

Rue Faven - 22000 GUINGAMP

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Les objectifs de ces séances sont :

- d'entretenir et nourrir les grands axes de la danse / espace, temps, mouvement.
- de stimuler le sens kinesthésique, le centre, l'ancrage au sol et la disponibilité.
- de permettre aux stagiaires d'approfondir leur danse techniquement et artistiquement.
- d'évoluer dans et vers une pratique sensible.
- d'acquérir des outils pour accéder à une autonomie.

## MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

La formation se déroule en studio ;

Pratique collective ;

Apprentissage de phrases et matériaux chorégraphiques, exercices techniques préparatoires.

Pratique de recherche, d'improvisation et/ou de composition ;

Travail d'exploration et d'observation corporelle ;

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Une évaluation continue est mis en œuvre tout au long de la formation. Elle s'accompagne d'une auto-évaluation en début de formation et d'une auto-évaluation supervisé en fin de formation.

Une attestation de suivi de formation est remise à chaque participant à l'issue de la formation.

## FORMATEURS

> SYLVIE LE QUÉRÉ



De formation classique, contemporaine et jazz, Sylvie Le Quéré est danseuse et chorégraphe.

Elle devient interprète pour Jacques Dombrowsky, Reney Deshauteurs et Géraldine Amstrong entre 1992 et 1997. Elle est diplômée d'Etat de professeur de danse en 1993.

En 1998 elle crée la Compagnie Grégoire & Co et participe à l'un des premiers échanges multimédia en partenariat avec la Médiathèque de Paris. Sa pièce Grégoire croise alors des images des travaux de Merce Cunningham sur le net. Cette expérience marquera fortement l'identité de la compagnie (transversalité, relation des corps avec l'environnement, recherche, transformation). Elle collabore régulièrement avec des écrivains, philosophes, chercheurs et est

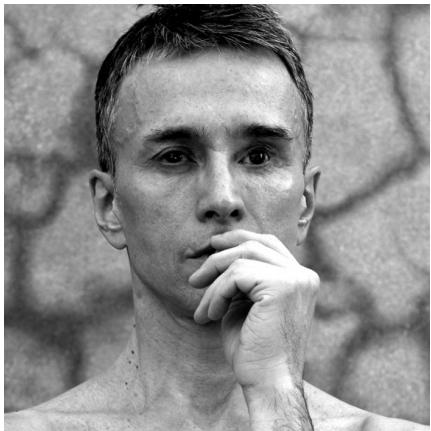
régulièrement invitée en France et à l'étranger pour des spectacles, workshop, master class, jury. Elle est personne ressource du PNR (Pôle National de Ressources Danse) aujourd'hui PREAC (Pôle de Ressource pour l'Education Artistique et Culturelle). Elle est artiste associée à l'Espace Culturel Bleu Pluriel de Trégueux (Scène de Territoire pour la Danse) de 2009 à 2011, au Domaine Départemental de la Roche Jagu de 2010 à 2012 et au Petit Echo de la Mode pour la saison 2018 - 2019.

Depuis 2014, elle est directrice artistique d'un espace de création et d'échanges dédié à la danse, LE LIEU à Guingamp.

En 2018 elle est invitée au CNSMDP (Conservatoire National de Musique et de Danse de Paris) pour une adaptation de sa pièce Zool pour 3 danseuses.

> THIERRY MICOUIN

---



Après avoir obtenu une thèse de docteur en médecine, Thierry Micouin se forme au théâtre puis à la danse.

Depuis 2002 il collabore avec Catherine Diverrès en tant qu'interprète et vidéaste. Parallèlement à son activité de danseur, Thierry Micouin développe un travail de création et de recherche sur l'image et la vidéo.

En 2006, il crée et interprète un premier solo, W.H.O. Mélant danse, vidéo et restitution de récits de vie, il y aborde la question de l'identité sexuelle et de la réalité d'un monde contemporain traversé par la violence des stéréotypes de genre.

En 2009 sa rencontre avec Boris Charmatz marque un nouveau pas dans son parcours artistique. Il conçoit Le Petit musée de la danse, présenté dans le cadre de l'exposition Brouillon et est interprète dans deux de ses pièces, Levée des conflits et Enfant et assistant sur sa pièce, Manger.

En 2012, il est interprète dans Tragédie, pièce pour 18 danseurs d'Olivier Dubois et participe à l'exposition de Xavier Leroy, Rétrospective, présentée au Musée de la Danse dans le cadre du Festival Mettre en scène à Rennes.

En 2014, il crée Double Jack, en collaboration avec la plasticienne Pauline Boyer. Ce projet aborde le thème de la masculinité. La pièce Synapse (créée en 2015) pour trois danseurs et une installation visuelle et sonore d'arcs électriques a été également réalisée en collaboration avec Pauline Boyer.

Thierry Micouin est artiste en compagnonnage au Manège de Reims pour les saisons 2016-2018. Il y a présenté Backline, sa nouvelle création en novembre 2017. Il démarre une nouvelle collaboration avec le conservatoire de Gennevilliers sur la saison 2019 en tant qu'artiste en résidence.

Après la création en 2017 de Backline au Manège, scène nationale de Reims, il mène deux nouveaux projets, Tal Coat, projet lauréat du Département 56 suite à l'appel à projet "Corps et Espaces Sensibles", et Eighteen un duo avec sa fille Ilana âgée de 19 ans.

> NANDA SUC

---



Elle commence à 5 ans, dans une association de danse à Guingamp. Jusqu'à ses 20 ans, elle passe de stages en stages, de cours en cours, des heures et des heures à apprendre la danse.

En 2009, à Toulouse, une année dans une école de formation professionnelle de danse James Carlès.

La danse, d'accord mais pas seulement. Entrer en formation « Vers un acteur pluriel » au Théâtre de l'ActE en 2010. Toujours à Toulouse. La découverte du personnage dans le théâtre, la voix. Le « clown ». Rire, faire rire, elle prend, le son de la voix, la musique, elle prend.

2011, en Bretagne avec La Cie Grégoire and Co, début dans la création danse. Jazz revisité. Danse contemporaine. Et le solo en papiers, ZOOL. Commencer à transmettre la danse.

2012 Galapiat Cirque. Le cirque contemporain.

LA F.R.A.P. Créer en collectif. Apprendre Expérimenter. Commencer à chanter sur scène. Le chant avec Haim Isaacs. Et aussi la rencontre avec un artiste argentin Federico Robledo. Les prémisses d'une démarche artistique. 2012 naissance de l'association Société Protectrice

de Petites Idées. Organisation. Administration. COW LOVE le premier spectacle. HEAVY MOTORS, deuxième spectacle. Tournées. Danse avec Lucas Condron, bouger, imaginer. Continuer à transmettre la danse, créer avec tout public. Rencontrer Aude Martos, artiste. Travailler. Fabriquer. VIOLENT duo avec Aude.

---

#### > SIMON HERVÉ

---



Simon commence sa formation de danseur avec Véronique Riehl en Bretagne. Il intègre ensuite le Conservatoire de La Rochelle en 2015, puis le Conservatoire National Supérieur Musique et Danse (CNSMD) de Paris en 2017. Il travaille sur les répertoires et les créations de Stéphanie Lake, Boris Charmatz, Tatiana Julien, Yvonne Rainer, Yuval Pick et d'autres chorégraphes.

Après avoir obtenu son diplôme d'interprète de danse contemporaine au CNSMD de Paris en 2021, Simon rejoint YuPi, la jeune compagnie du CCNR/Yuval Pick en octobre de la même année. Dans ce cadre, il interprète Having Fun (2022) de Jérôme Oussou et Pazaz - ici ça danse (2020) de Yuval Pick. En 2022, il intègre le casting de la nouvelle création de Yuval Pick.

---

## MODALITES D'INSCRIPTION

Le Bulletin d'Inscription à la formation est à demander (par téléphone, par mail, sur place) en amont de toute inscription. Les inscriptions aux modules de formation se font par retour du bulletin d'inscription accompagné des règlements (tarif + adhésion obligatoire à l'association)

Pour être effective, une inscription doit obligatoirement comprendre :

- Le bulletin d'inscription complété et signé
- Les règlements des modules de formation sélectionnés
- L'adhésion à l'association
- L'accord de l'employeur ou de l'organisme en cas de prise en charge
- L'évaluation « diagnostic d'entrée » complétée (formulaire en ligne)

Les dossiers sont étudiés par ordre d'arrivée. Votre inscription sera définitive après validation de la complétude de votre dossier et réception de votre règlement (ou validation en cas d'une prise en charge).

Inscription possible partir du 31 juillet 2023 (pour la session de formation d'octobre à décembre 2023 et au plus tard le premier jour de la formation). Attention les places aux formations sont limitées.

---

## TARIFS

48 € pour les stagiaires s'inscrivant à titre individuel

96 € pour les stagiaires bénéficiant d'une prise en charge (employeur ou organisme de formation)

ADHÉSION à l'association Grégoire & Co - LE LIEU / saison 2023-24 (obligatoire pour chaque saison)  
10€ à titre individuel  
25€ en cas de prise en charge employeur ou organisme de formation

---

## CONTACTS

Informations pédagogiques : Sylvie Le Quéré  
[sylvie.le-quere@ciegregoireandco.fr](mailto:sylvie.le-quere@ciegregoireandco.fr)

Informations administratives :  
[admin@ciegregoireandco.fr](mailto:admin@ciegregoireandco.fr)

Inscriptions / informations :  
[le.lieu@ciegregoireandco.fr](mailto:le.lieu@ciegregoireandco.fr)