

## EERSTE GRAAD

voor kinderen van 6 en 7 jaar - duur 2 jaar - 1u per week

### Dansinitiatie (1u)

Op een speelse, creatieve manier leer je de basisprincipes van dans.

Je werkt aan lichaamshouding, coördinatie, muzikaliteit en ritmegevoel, aan expressie en vrijheid in beweging en dit alles op een kindvriendelijke manier.

Ook gaat er veel aandacht naar etiquette binnen de danslessen: afspraken over gedrag en uniform, hoe maak ik een dotje, hoe gedraag ik me in de dansstudio, hoe kan ik mijn dansvriendjes helpen...

Zo wordt de dansstudio een plek om te oefenen, te proberen, te ontdekken, grenzen te verleggen en worden ook de sociale vaardigheden ontwikkeld.

Jaarlijks zijn er enkele toonmomenten voor ouders.

Om de twee jaar mag je schitteren op het grote podium van C.C. De Factorij!

## TWEEDE GRAAD

voor kinderen van 8 t.e.m. 11 jaar - duur 4 jaar - 2u per week (+1u optioneel, niet verplicht)

### Danslab (2u) (klassieke dans)

Optievak (niet verplicht): Danslab hedendaagse dans (1u, bovenop 2u danslab)

voor volwassenen vanaf 18 jaar - duur 4 jaar - 2u per week (+1u/2 weken optioneel, niet verplicht)

### Danslab (2u)

Optievak (niet verplicht): Pilates (1u/2 weken, bovenop 2u danslab)

### Danslab

Gedurende 4 jaren bouw je langzaam aan een sterke klassieke basis, waarbij veel aandacht uitgaat naar beleving, souplesse, muzikaliteit, kracht, doorzettingsvermogen, concentratie, ruimte- en lichaamsbesef, coördinatie, placement, maar vooral ook dansplezier.

Je leert elk jaar veel vaardigheden bij en krijgt zo een prima basis voor allerlei andere dansvormen.

Naast een stevige technische basis proberen we de jonge dansers te helpen om zich te ontplooiën tot artistieke wezens.

### Optievak hedendaagse dans

In onze academie krijg je de mogelijkheid om, naast de 2 uren klassieke dans, nog een derde uur les te volgen: hedendaagse dans.

De combinatie van klassieke en hedendaagse dans is uiteraard ideaal voor wie zich nog extra in zijn/haar hobby wil verdiepen en zich nog intensiever wil voorbereiden op de lessen in de derde graad.

Voor deze cursus betaal je geen extra inschrijvingsgeld.

### Optievak Pilates

Iedere Pilatesles is gericht op lichaam en geest. Het is een fysieke en mentale conditietraining die je kracht, flexibiliteit, evenwicht en coördinatie verbetert.

De klassieke pilates-methode volgt de principes van vloeibaarheid, centering, precisie, controle, focus en ademhaling. Omdat er ook wordt gewerkt op ademhaling en concentratie vermindert, stress, voel je je algemeen beter en zie je er beter uit.

Het brengt je lichaam en geest in balans.

Pilates bestaat uit een reeks van vaste opeenvolgende oefeningen die worden beoefend op een mat. In deze oefeningen trainen we alle spiergroepen en werken we op het correct bewegen vanuit de kracht van de buik (de 'Core' of 'Powerhouse' zoals dit in Pilates wordt benoemd).

## Jongeren

Voor jongeren van 12 t.e.m. 14 jaar - duur 3 jaar - 3u per week

In de derde graad kan je kiezen voor de **OPTIE KLASSIEKE DANS** of de **OPTIE HEDENDAAGSE DANS**. De docenten zullen je adviseren bij het maken van de juiste keuze.

### OPTIE KLASSIEKE DANS

Danslab klassieke dans (1,5u) en Danslab klassieke dans Pointes (1,5u)

In de optie klassieke dans (KD) ga je de verworven technieken verder uitwerken en verdiepen. De oefeningen en combinaties worden complexer en vragen steeds meer vaardigheid. Expressie en présence worden steeds belangrijker want je staat regelmatig op een podium.

De klassieke ballettechniek vormt een goede basis voor alle andere dansstijlen.

### OPTIE HEDENDAAGSE DANS

Danslab hedendaagse dans (1,5u) en Danslab klassieke dans (1,5u)

In de optie hedendaagse dans (HD) zijn de bewegingspatronen gebaseerd op ademhaling, snelheid, kracht en het loslaten en terug oppikken van energie. Ze ontleen hun vorm aan de natuurlijke bewegingen van het menselijk lichaam.

Er wordt veel gewerkt met zwaartekracht en de reactie hierop: fall & recovery, suspension & release.

Het gebruik van het lichaamsgewicht is van vitaal belang: gewicht verplaatsen, vallen en weer recht veren zijn slechts enkele voorbeelden. Naast een degelijke hedendaagse techniek komen ook volgende aspecten aan bod:

Compositie: Hoe kunnen we onze ideeën samenbrengen en omzetten in een choreografie?

Improvisatie: Je versterkt je creativiteit en verbeelding en ontwikkelt gaandeweg je eigen danstaal.

Partnering: We gebruiken elkaars lichaam en kracht om nieuwe bewegingen te vinden.

## Volwassenen

Voor volwassenen vanaf 18 jaar - duur 3 jaar – 2,5u per week

### OPTIE KLASSIEKE DANS

Danslab klassieke dans (1,5u) en Pilates (1u / 2 weken)

In de optie klassieke dans (KD) ga je de verworven technieken verder uitwerken en verdiepen. De oefeningen en combinaties worden complexer en vragen steeds meer vaardigheid. Expressie en présence worden steeds belangrijker want je staat regelmatig op een podium.

Naast de klassieke ballettechniek, maak je ook kennis met andere stijlen.

1 keer per 2 weken volg je een uur Pilates.

### Pilates

Iedere Pilatesles is gericht op lichaam en geest. Het is een fysieke en mentale conditietraining die je kracht, flexibiliteit, evenwicht en coördinatie verbetert.

De klassieke pilates-methode volgt de principes van vloeibaarheid, centering, precisie, controle, focus en ademhaling.

Omdat er ook wordt gewerkt op ademhaling en concentratie vermindert, stress, voel je je algemeen beter en zie je er beter uit: het brengt je lichaam en geest in balans.

Pilates bestaat uit een reeks van vaste opeenvolgende oefeningen die worden beoefend op een mat. In deze oefeningen trainen we alle spiergroepen en werken we op het correct bewegen vanuit de kracht van de buik (de 'Core' of 'Powerhouse').

### Studierichting Vertolkend Danser

In de studierichting VERTOLKEND DANSER ligt de nadruk op het verder ontwikkelen van je vaardigheden als uitvoerder.

Techniek, expressie, muzikaliteit en artistieke talenten komen samen en tillen je naar een steeds hoger niveau.

Je bent zelfkritisch en wordt alsnog zelfstandiger.

Je durft jezelf met volle overgave te presenteren op een podium en je probeert je publiek te raken. Zo groei je uit tot een echte podiumkunstenaar!

#### Jongeren

Voor jongeren van 15 t.e.m. 17 jaar - duur 3 jaar - 3u per week

##### OPTIE KLASSIEKE DANS

Danslab klassieke dans (1,5u) en Danslab klassieke dans (pointes) (1,5u)

##### OPTIE HEDENDAAGSE DANS

Danslab hedendaagse dans (1,5u) en Danslab klassieke dans (1,5u)

#### Volwassenen

Voor volwassenen vanaf 18 jaar - duur 3 jaar - 2,5u per week

##### OPTIE KLASSIEKE DANS

Danslab klassieke dans (1,5u) en Pilates (1u / 2 weken)

### Studierichting Creërend Danser

In de studierichting CREËREND DANSER ligt de nadruk op het verder uitdiepen van je persoonlijke kwaliteiten, inzichten en vaardigheden als creatieve artiest.

Je verruimt je kennis over dans en cultuur en ontwikkelt zo een eigen smaak.

Je wordt uitgedaagd tot het ontwikkelen van herkenbare artistieke kleuren in je bewegingstaal: een eigen stijl.

Je zelfstandigheid neemt toe en je ontwikkelt het vermogen om tijdens voorstellingen en toonmomenten professioneel te handelen.

Je neemt je verantwoordelijkheden zowel voor jezelf als voor de groep, zoals een echte artiest.

Interdisciplinair werk bevordert je veelzijdigheid als kunstenaar.

#### Jongeren

Voor jongeren vanaf 18 jaar - duur 3 jaar - 3u per week

##### OPTIE KLASSIEKE DANS

Danslab klassieke dans (1,5u) en Danslab klassieke dans (pointes) (1,5u)

##### OPTIE HEDENDAAGSE DANS

Danslab hedendaagse dans (1,5u) en Danslab klassieke dans (1,5u)

Voor jongeren en volwassenen vanaf 18 jaar - duur 3 jaar - 3u per week

Danscompositie en -improvisatie

Schuilt er een maker in jou?

In de studierichting CHOREOGRAAF ben jij de creërende factor binnen de dans.

Het programma van de choreografie-afdeling is ontworpen om bewegingsmakers uit te dagen en te ondersteunen bij het uitvoeren van onderzoek binnen hun eigen fascinaties als creërend danser.

De opleiding vindt plaats in een veilige leeromgeving waarin je een breed palet aan choreografische methodes en disciplines binnen de danskunst aangereikt krijgt. Je ontdekt het repertoire van de meest bekende choreografen, maar ook nieuw opkomende makers.

We onderzoeken verschillende creatieve domeinen. Je zal je kennis verruimen over de vertakkingen van het makerschap zoals improvisatie, compositie, scenografie, muziek- en dansanalyse, licht, geluid, etc.

Naast deze facetten volg je ook klassieke en hedendaagse dans. Deze vakken versterken je technische basis als danser.

Terwijl word je ondersteund in het verder ontwikkelen van jouw visie en persoonlijke bewegingstaal. Je bent verantwoordelijk voor het vormgeven van de inhoud van uitdagende compositieopdrachten en voor het creëren van een productieve leercurve, individueel of met medestudenten uit de opleiding.

De nadruk wordt gelegd op :

- Het ontwikkelen van een eigen bewegingstaal met eigen choreografische principes.
- Het ontwikkelen van een kritische en reflectieve houding tegenover je eigen werk en dat van je medestudenten.
- Het verruimen van je kennis over de theoretische, technologische en ontwerpgerichte bouwstenen van choreografie
- Het vermogen om te experimenteren/improviseren rond artistieke ideeën en deze om te zetten naar creatieve productie.
- Het creëren van een portfolio van eigen gemaakt repertoire
- De durf en de kans om je eigen werk te presenteren aan een publiek