

# CYCLE DANSE-ÉTUDES

Descriptif du Programme - Saison 2025 / 2026

Mougins en danse



*Directrice Artistique & Pédagogique: Lola Botella*

# Philosophie



## Rigueur & Bonne humeur!

Il y a trois types d'école de danse : Les écoles familiales, les écoles à concours, et les écoles à danseurs... Dans la première prône la bonne humeur, dans la deuxième réside la rigueur, et dans la troisième les deux sont acteurs ! C'est ce que la nouvelle direction souhaite mettre en place avec ce nouveau départ.

Il est désuet de croire que les bonnes écoles fonctionnent encore à la baguette... L'autodiscipline appréhendée comme Art de la persévérance est indispensable à l'apprentissage de n'importe quelle activité et l'expressivité quant à elle, est indissociable de la pratique de la danse. Et c'est là que repose l'objectif de notre enseignement : Transmettre la danse à travers l'autodiscipline en laissant place à l'expressivité.

# Pédagogie



## L'école de danse, c'est l'école de la vie :

Persévérance, liberté, apprentissage, expressivité, remise en question, partage :

- Apprendre qu'on ne parvient à la maîtrise qu'à travers la répétition et l'expérimentation,
- Apprendre que nous sommes libres malgré des règles que nous respectons,
- Apprendre à exploiter notre potentiel créatif et exprimer nos émotions,
- Apprendre que l'apprentissage est le pilier de notre vie et de notre évolution,
- Apprendre qu'il y a toujours plusieurs chemins pour arriver à destination,
- Apprendre que le respect et le partage sont les bases de toutes nos relations.

# Cours



## Une base classique pour une palette de styles

Tous les danseurs professionnels d'aujourd'hui sont polyvalents et capables de danser une multitude de styles.

Un danseur classique a besoin de pratiquer d'autres styles pour renforcer sa proprioception et développer la poésie du geste dansé au même titre qu'un danseur Jazz a besoin de pratiquer la danse classique pour renforcer sa technique et maîtriser les fondamentaux de la danse.

Fusion, complémentarité, interactivité : Il est primordial pour l'enrichissement personnel de l'élève qu'il s'essaye à plusieurs disciplines et développe ses compétences techniques, artistiques et stylistiques.

# Objectif du programme



## Formation Pré-Professionnelle

Proposer un enseignement de la danse **individualisé** et de **qualité** représente l'objectif principal de l'école, et à plus forte raison pour les élèves désirant devenir professionnels. Les accompagner dans cette voie en fonction de leur **individualité** est une **priorité**.

À travers la création de notre danse-études, nous souhaitons offrir « à tous » la possibilité de se **découvrir** un talent et une **vocation** en partant d'une philosophie simple : Les capacités de **progression** de l'élève sont bien plus importantes que ses **prédispositions** physiques.

En effet, grand nombre de danseurs **sélectionnés** sur audition sont **renvoyés** en cours de formation faute de **progression** et à contrario, certains élèves n'ayant pas été reçus dans de grandes écoles pour manque de **prédispositions** ont pu faire de la danse leur profession.

Ce parcours a donc pour objectif de préparer les élèves au métier de **danseur** ou de **professeur de danse**.

Cela nous mène donc à une **conclusion**: Le chemin parcouru compte plus que le point de départ et une pédagogie **différenciée** reste primordiale face à la **pluralité** des corps dansants.

# Danse Études



## Descriptif des Cours

### Les cours obligatoires (22h hebdomadaire) :

- Technique Classique : 12h00 hebdomadaire
- Technique de Pointes : 3h00 hebdomadaire
- Danse Contemporaine : 4h30 hebdomadaire
- Préparation Concours : 3h00 hebdomadaire

### Les cours facultatifs (3h à 5h hebdomadaire) :

- Danse Moderne : 1 cours hebdomadaire
- Yoga : 1 cours hebdomadaire
- Pilates : 1 hebdomadaire

### Spectacles :

- Deux spectacles annuels dont un du Répertoire Classique seront présentés par les élèves (Décembre & Juin)

# Les Concours



## Expérience Scénique & Évaluation

### Une expérience scénique

Accompagner nos élèves de Danse-Études à différents concours est un choix stratégique qui leur permet tout au long de l'année de développer leur potentiel artistique à travers une expérience scénique. Cela leur permet de faire un lien immédiat entre le studio et la scène et de comprendre l'importance d'être toujours dans la danse.

### Une évaluation technique

Les élèves ignorent souvent quel est leur niveau en comparaison à d'autres danseurs de leur âge qui ont les mêmes aspirations professionnelles. Les concours leur permettent donc de s'évaluer face à d'autres danseurs à l'échelle régionale, nationale, et internationale.

### Une gestion du stress

Le stress fait partie du métier de danseur et apprendre à le gérer dès le plus jeune âge sera un atout pour leurs auditions et examens futurs. Se confronter à un jury de professionnels et apprendre à utiliser leur stress comme une énergie positive fait partie de nos priorités.

# Palmarès 2024 / 2025

*Retrouvez notre palmarès complet sur notre site internet*

## **- Concours International de Danse de Cannes 2024 :**

Médaille d'Or en Danse Classique Niveau 2 (Valentine ROUX), Médaille d'Or en Danse Classique Niveau 3 (Romane VRABIÉ), Médaille d'Or en Groupe Classique Niveau 1 (Kitri), Médaille d'Argent en Danse Classique Niveau 3 (Stella LESCIEUX), Médaille d'Argent en Groupe Classique niveau 1 (Arabian Dance), Médaille d'Argent en Classique Niveau 4 (Monde Moderne), Médaille de Bronze en Danse Classique Niveau 4 (Romane MARION)

## **- Concours International de Danse Classique de Toulon 2024 :**

Médaille d'Or à l'unanimité du jury en Danse Classique (Romane VRABIÉ), Médaille d'Or à l'unanimité du jury & Prix Chorégraphique en Groupe Classique (Monde Moderne), 2 Médailles d'Or avec distinction en Danse Classique (Stella LESCIEUX & Valentine ROUX), 2 Médailles d'Or avec distinction en Groupe Classique (Danse Napolitaine & Orient), 2 Médailles d'Or en Danse Classique (Lucie THAON & Romane MARION en Pré Pro), Médaille d'Or en Groupe Classique (Kitri)

**- Concours International de Danse de Grasse 2024 / 2025:** Médaille d'Or 1ère de sa catégorie supérieur (Romane MARION), Médaille d'Argent catégorie Études (Stella LESCIEUX), Médaille de Bronze catégorie Études (Romane VRABIÉ), Première Mention catégorie Études (Valentine ROUX), Deuxième Mention catégorie Débutants (Cali ALBA)

## **- Concours International de Danse Cannes Croisette 2025 :**

Médaille d'Or Prix Spécial du Jury Classique Catégorie 4 (Romane MARION), Médaille d'Argent Groupe Classique Niveau 1 (Alegria), Médaille de Bronze Classique Pré-Pro Niveau 2 (Stella LESCIEUX), Médaille de Bronze Groupe Classique Pré Pro (Iris), Médaille de Bronze Groupe Contemporain Pré Pro (Ce qui nous lie), Médaille de Bronze Groupe Classique Niveau 2 (Napoli)

**- Concours International de Danse de Paris 2025 :** Médaille d'Or en Danse Contemporaine (Romane MARION), Médaille de Bronze en Danse Contemporaine (Tessa LAMBERT)

## Contact:

Lola BOTELLA  
(Directrice)

[mouginsendanse.fr](http://mouginsendanse.fr)

[mouginsendanse@gmail.com](mailto:mouginsendanse@gmail.com)

23 rue du Cherche Midi  
06250 Mougins

07 86 51 82 11

