


# Tango

Démonstration suivie d'un  
**Bal Musette**  
Pour les **Séniors**

Une proposition de la Cie **La Innombrable**



# Tango et Bal musette

## **Durée**

Démonstration : 15 minutes

Bal : 2 heures

## **Chorégraphie, danse, choix musicaux et ateliers**

Fleur Duverney-Prêt  
et Benoît Robisson

## **Chargée de production**

Fleur Duverney-Prêt

**Une proposition de la Cie La Innombrable**

## **Démonstration Tango suivie d'un Bal Musette Pour les Séniors**

### **Déroulement :**

La **démonstration de tango** prend la forme d'une série de quatre danses sur des musiques issues du répertoire traditionnel du tango et de musiques actuelles. Benoît et Fleur invitent les spectateurs à un voyage poétique tout en émotion.

La démonstration est suivie d'un **bal musette d'une durée de deux heures**. c'est l'occasion pour les séniors de se parer de leurs plus beaux habits pour participer à ce **moment festif**. Au programme : **tangos mais aussi valse, paso doble, cha-cha-cha...** Sans oublier la buvette qui permet de partager un moment de **convivialité**, d'échanger paroles et rires. C'est un aspect très important du bal, qui ne se résume pas seulement à la danse. Fleur et Benoît participent au bal et invitent tour à tour les Séniors à partager une danse.

### **Organisation :**

Nous fournissons la régie son et amenons notre playlist et ordinateur pour le bal.

Vous vous occupez de la buvette.

Avec vous, nous aménageons une salle en piste de danse. Nous pouvons nous adapter à tous types de lieux.

### **Ateliers :**

En amont du bal, nous pouvons proposer aux Séniors une **initiation au Tango**. Les ateliers peuvent aussi prendre la forme d'activités régulières (hebdomadaires, mensuelles...). Nous créons chaque projet en accord avec vos besoins et les adaptons à vos objectifs.

## Article, "Le Monde" 29 Juillet 2008 (extrait)

### Le tango : une manière agréable de prévenir les chutes chez les seniors...

Dans le cadre du Premier congrès international de **Tangothérapie** qui s'est tenu à la mi-juillet à Rosario (Argentine), les spécialistes de l'Ecole de physiothérapie et d'ergothérapie de l'Université McGill au Canada ont rappelé les résultats de leurs recherches sur le tango qui montrent que cette danse possède de nombreuses vertus et qu'elle permet notamment de **réduire l'hypertension et d'améliorer la coordination des mouvements et l'équilibre, réduisant ainsi les chutes chez les seniors...**

Explications. Les résultats de cette étude ne sont pas nouveaux... Ils sont déjà parus en 2005, mais il n'est peut-être pas superflu de revenir sur l'intérêt de danser le tango pour les seniors... A l'origine, cette recherche n'a pas été effectuée au hasard. En effet, en 2004, la Société internationale de Cardiologie avait déjà révélé que la pratique du tango, de la salsa ou du merengue pouvait aider à réduire la pression artérielle et **prévenir l'apparition de maladies cardiaques**. Ainsi, le Dr Patricia McKinley a décidé de mener une étude sur les avantages que pourraient apporter aux aînés, cette danse typiquement argentine.

Sa recherche a porté sur une trentaine de personnes âgées, hommes et femmes de 62 à 89 ans, qui étaient tombés au cours de l'année passée. La moitié du groupe a reçu des cours de marche et de maintien, quelques heures par semaine pendant deux mois et demi. L'autre groupe, pendant la même période, suivait des cours de tango deux fois par semaine. Rapidement, même les plus timides de l'équipe des danseurs, ont commencé à **se mouvoir avec grâce dans la salle de danse**. Peu à peu, en prenant de l'assurance, les couples se sont mis à évoluer romantiquement au son du violon et du piano. **Certains ont même décidé de s'habiller pour l'occasion**. D'un point de vue plus scientifique, l'idée était de vérifier les effets que pouvait avoir cette danse énergique et sensuelle sur la motricité des aînés. Selon le Dr McKinley, virevolter et tourner continuellement oblige de fait, les danseurs à se concentrer sur leurs mouvements et donc, à se sentir plus à l'aise sur leurs pieds. Ainsi, à la fin de cette étude, les chercheurs ont remarqué que le groupe de danseurs, comparé aux marcheurs, avait **amélioré non seulement son équilibre mais aussi sa mémoire**. Mais comme le souligne le Dr McKinley, ces propriétés ne sont pas uniquement liées au tango, de nombreuses danses peuvent permettre de faire progresser l'équilibre et la vivacité du cerveau(...)

## **Les intervenants**

### **Fleur Duverney-Pret :**

Danseuse interprète, chorégraphe, collaboratrice d'autres artistes (plasticiens, musiciens, photographes...), Fleur a suivi une formation en danse contemporaine : danse-théâtre, danse contact et portés, improvisation, et en Tango Argentin. En parallèle, elle se forme au théâtre (théâtre d'objet, clown et texte) et pratique le chant et le saxophone alto. A la lisière du théâtre et de la danse, elle choisit d'avoir une approche pluridisciplinaire.

Elle intervient dans le cadre d'ateliers auprès de danseurs et comédiens professionnels ou amateurs, et donne de nombreux ateliers auprès des enfants.

Elle a travaillé avec la cie Campo, cie El Yamni, Le rêve de la soie, Kiwat cie, cie Pica Pica, cie du Funambule et s'est formée auprès des danseurs des plus grandes compagnies. Fleur est diplômée d'état pour l'enseignement de la danse depuis 2002.

### **Benoit Robisson :**

Benoît Robisson se forme au Tango Argentin depuis 2006, et l'enseigne depuis 2014. Il intervient dans des stages, fait des démonstrations, et participe à l'organisation d'un festival de Tango à Arles, « El Rey del Compas ».

Son approche de la danse se nourrit de diverses pratiques corporelles, notamment les arts martiaux à travers l'Aïkido, le Qi Qong et le Tai Chi. Alors que le Qi Qong et le Tai Chi se pratiquent seul, l'Aïkido se pratique avec un partenaire, dont l'écoute est primordiale, comme dans le Tango.

Il choisi de développer cette écoute dans la relation à l'autre en se formant au Shiatsu (massage thérapeutique japonais) à partir de 2011, qu'il pratique actuellement.



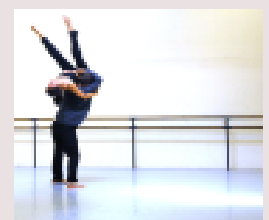
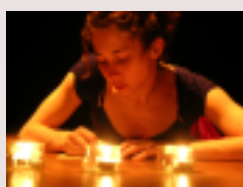
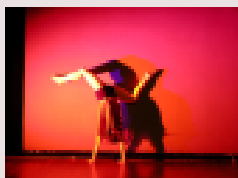
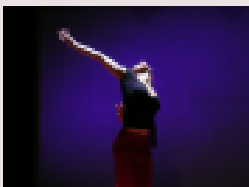
## À PROPOS DE LA COMPAGNIE "LA INNOMBRABLE"

Créée en 2006 par Fleur Duverney-Prêt, La Innombrable, compagnie de danse-théâtre, se positionne de manière poétique du côté de l'humain. La démarche artistique de la compagnie est axée autour de la rencontre et de la singularité. Des créations chorégraphiques et théâtrales qui invitent le spectateur à un voyage poétique entre mouvements, théâtre, musique et manipulation d'objet.

La compagnie propose des ateliers de danse et de théâtre pour un public de 3 à 103 ans. À travers une approche pluridisciplinaire nous poursuivons trois objectifs : sensibiliser, former et initier des processus de recherche et de création. *Nous concevons l'atelier de recherche artistique comme un lieu de découverte, tant pour celui qui le donne que pour celui qui le reçoit.*

Depuis 2002, La Innombrable a mis en place :

- Ateliers de sensibilisation à la danse en direction du jeune public et du tout public, en milieu scolaire, **maison de retraite**, centres aérés, centres sociaux...
- Ateliers de théâtre en langue des signes avec un public Sourd et Entendant
- Stages de danse contemporaine pour danseurs amateurs ou confirmés
- Laboratoires de recherche pluridisciplinaires
- Répétitions publiques
- Une dizaine de créations professionnelles ou avec des danseurs amateurs.



# **Compagnie La Innombrable**

## ***Siège social***

**C/O MPT Panier Joliette  
66, rue de l'Evêché  
13002 Marseille**

## ***Adresse de correspondance***

**Cite des associations - Boite 331 -93, la Canebiere  
13001 Marseille**

**Fleur Duverney-Prêt, directrice artistique**

**Tel : +33 (6) 20 69 76 78  
Courriel : [cie.lainnombrable@laposte.net](mailto:cie.lainnombrable@laposte.net)  
[www.lainnombrable.com](http://www.lainnombrable.com)**

Crédits photographies : L'Ane Bleu de Stephen Wilk, œuvre de la collection du FRAC PACA, photographiée par Jean-Marie Perrot, Elise, Maxime Guidot-Dejoux, Marie Mercadier

**Assoication loi 1901 N° SIRET : 449 743 913 00021  
APE : 9001Z  
Licence d'entrepreneur du spectacle 2-1069622**