

UNE TENUE POUR CHAQUE DISCIPLINE « LN DANCE FUSION »

Une tenue adaptée à la pratique de la danse dans chaque discipline permet une meilleure correction des positions de la part des professeurs.

Gardez vos cheveux correctement attachés pour dégager votre visage.

En aucun cas les chaussures de ville ne seront admises dans la salle de danse.

Les jeans et les pantalons de ville ne sont pas des tenues adaptées à la danse, les élèves ne respectant pas ces consignes ne seront pas acceptés en cours.

Il est interdit de porter des bijoux tels que les longs colliers, les bracelets, les bagues, les montres... dans les cours de danse pour éviter de provoquer un accrochage, de blesser un autre élève et de rayer le parquet de danse.

À noter que le vernis à ongles de mauvaise qualité est strictement interdit dans la salle de danse cela abîme le parquet.

Les téléphones portables doivent être éteints à l'intérieur de la salle de danse.

BABY DANSE / EVEIL A LA DANSE / INITIATION À LA DANSE :

Chaussettes / Pieds nus

Coiffure : cheveux attachés

Tenue :

Shorty / Short / Cycliste / Legging

Tee-shirt / Justaucorps

Pas de robe, pas de pantalon ou short en jean

DANSE CLASSIQUE :

Chaussons (demi-pointes) ou (pointes en fonction du cours)

Coiffure : chignon (lien tutoriel : <https://www.youtube.com/watch?v=vjRDjfrfN4>)

Tenue :

Collants

Justaucorps

Jupette

Cache-cœur

Pas de culotte ni soutien-gorge apparents sous les collants et sous les justaucorps.

Short noir à éviter surtout pour les jeunes.

Les gros pulls et sweats sont interdits car ils cachent les corps des élèves, ne permettant pas une correction optimale de la posture du danseur.

BARRE AU SOL :

Chaussettes ou chaussons (pieds nus déconseillés)

Tenue :

Legging (cuisses nues déconseillées) / Pantalon de sport près du corps

Débardeur / Brassière / Justaucorps

STABILITY BALL / BARRE AU SOL INTEGRANT PILATES / STRETCHING :

Chaussettes de préférence antidérapantes

Pieds nus

Tenue confortable :

Legging

Tee-shirt

Accessoires :

Vous pouvez apporter un tapis.

Ballon (des ballons sont à disposition à l'école de danse mais en quantité limitée).

MODERN'JAZZ / JAZZ / CONTEMPORAIN :

Chaussettes / Pieds nus / Pédilles de danse autorisées mais pas de bottines

Coiffure : cheveux attachés au choix, visage dégagé, pas de mèches dans les yeux

Tenue : près du corps

Shorty / Short / Cycliste / Legging / Jogging (sauf les larges)

Tee-shirt / Justaucorps / Brassière de danse

URBAN CONTEMPORAIN :

Pieds nus, chaussettes ou pédilles de danse

Genouillères

Coiffure : cheveux attachés au choix, visage dégagé, pas de mèches dans les yeux

Tenue : près du corps

Shorty / Short / Cycliste / Legging / Jogging (sauf les larges)

Tee-shirt / Justaucorps / Brassière de danse

Conseil : éviter les jambes et bras nus pour les figures

STREET JAZZ / HIP-HOP / COMMERCIAL JAZZ :

Baskets : il est strictement interdit de rentrer dans salle de danse avec des chaussures venant de l'extérieur !!! afin de garder la salle et le parquet en état et propres le plus longtemps possible..., merci de prévoir des baskets propres, à semelles non marquantes et réservées à la pratique du sport en intérieur. Les élèves ne respectant pas cette règle feront le cours sans baskets.

Coiffure : cheveux attachés, casquette ou bonnet autorisés

Tenue : au choix, tenue souple, large, légère et fluide

Pas de pantalon de ville ou short en jean

FLAMENCO :

Chaussures : à petits talons épais et bouts ronds pour démarrer l'année si pas de chaussures de flamenco. Site pour acheter des chaussures, jupes ou robes : Le Bon Coin, Vinted, Flamenco Export, Tamara Flamenco, El Rocio...

Tenue : confortable et ample pour une bonne mobilité (pantalon ou jupe longue au choix si pas de jupe de flamenco).

Il est interdit de manger ou de mâcher du chewing-gum dans la salle de danse.

Les élèves sont priés de ne pas courir, ni crier dans les vestiaires, afin de ne pas gêner les cours qui sont entrain de se dérouler.

Le cours commence à l'heure : les élèves doivent donc prévoir un temps pour se préparer avant le début du cours.

Un appel nominatif ou pointage est fait systématiquement au début de chaque cours.

Hélène DENIGOT

*Professeur de danse diplômée d'Etat
Directrice artistique LN DANSE FUSION*