

## RAYONNEMENT DE "LA DANSE D'EXPRESSION ALAIN ET FRANÇOISE CHANTRAINE"

Françoise Chantraine est souvent partie en mission officielle pour des récitals ou des conférences. Elle a participé, dans plusieurs pays, à de nombreuses tables rondes, sollicitée par des secteurs tant culturels qu'éducatifs, médicaux ou sociaux. Elle a reçu la Médaille d'or de la Danse FFD en 1988, et a été promue au grade de Chevalier de l'Ordre National du Mérite en 1993.

### Centres en France

- Paris 5° : 06 14 71 99 99
- Paris-Montparnasse 6°/14° : 06 14 71 99 99
- Paris 7°/15° : 06 64 35 93 63 ou 06 70 60 37 54
- Paris 8° : 06 66 27 21 62
- Paris 16° : 07 60 30 46 25 ou 06 63 30 08 27
- Paris 17° : 01 47 77 00 06 ou 06 86 52 41 63
- Paris 20° : 06 18 27 04 70
- Neuilly-sur-Seine : 01 46 24 02 89 ou 06 14 68 67 21
- Rueil-Malmaison : 06 64 35 93 63 ou 09 53 97 11 77
- Fontainebleau : 06 37 58 75 31
- Amiens 09 53 97 11 77
- Grenoble : 06 60 95 91 73
- Lille : 06 24 21 24 74
- Nancy-Metz : 06 15 93 13 57
- Touraine : 06 68 36 87 14 ou 06 76 83 09 55
- Orléans : 06 86 43 05 19
- Angers : 06 81 87 49 85

### Centres en Angleterre

Informations générales : +44 (0) 2089898604 ;  
info@chantrainedance.com

### Centres en Belgique

0033 6 60 95 91 73 ou 0032 476 67 09 52  
centredebruxelles@dansechantraine.com

### Coordination générale

06 86 43 05 19 ; mldeblois1961@gmail.com



photos Maritn

## Centre de Touraine HORAIRES DES COURS

A TOURS : avec Pauline  
06 683 687 14

### Lundis \*

14h30-15h45 : adultes  
16h-17h15 : cours sur chaises  
Mardis \*  
17h15-18h15 : 10-14 ans  
18h30-19h45 : 15 ans -20 ans  
20h-21h15 : adultes

### Mercredis \*\*

14h-15h : 6-9 ans  
15h15-16h30 : adultes  
16h45-17h30 : 4-6 ans

### Samedis \*

10h-10h45 : 4-6 ans  
11h-12h : 6-9 ans

\* 86 bis rue Courteline  
(P.L.L.L.)  
37000 Tours

\*\*244, rue Victor Hugo  
(Centre d'Art Martenot)  
37000 Tours

A CHEILLE : avec Cécile  
06 76 83 09 55

### Mardis :

17h-17h45 : 4-6 ans  
17h45-18h45 : 6-10 ans  
18h45-19h45 : 10-14 ans  
20h-21h15 : adultes

Salle Polyvalente  
Camille Claudel

### Adresse mail

[centredetours@dansechantraine.com](mailto:centredetours@dansechantraine.com)

### Site internet

[www.dansechantraine.com](http://www.dansechantraine.com)

### Page Instagram

[@danse.chantraine.en.touraine](https://www.instagram.com/danse.chantraine.en.touraine)

### Page Facebook :

[Danse.Chantraine.à.Tours](https://www.facebook.com/Danse.Chantraine.à.Tours)

## LA DANSE D'EXPRESSION

ALAIN ET FRANÇOISE

CHANTRAINE



"Je respire,  
J'abandonne,  
Je découvre"

## COURS DE VACANCES

25, 26 ET 27 AVRIL 2023

DE 14H À 17H

Enfants - Adolescents - Adultes

Co-animé par Pauline PEZERAT  
(coordinatrice de centre de Touraine)  
et Manon TOULZE  
(élève en formation professionnelle)

## ALTERNANCE

Les stages s'adressent à tous ceux qui souhaitent *continuer* le travail de l'année ou à tous ceux qui souhaitent en *découvrir* les bases.

### Françoise Chantraine

Françoise Chantraine, chorégraphe avec une formation artistique professionnelle en danse, en musique et en arts plastiques est la créatrice d'une technique partant de la respiration et permettant au centre du corps de rayonner à travers des membres assouplis et fortifiés par une « technique habitée » par l'âme du mouvement, lui-même relié aux éléments de l'Univers.

### Alain Chantraine (1929-2000)

Alain Chantraine, poète avec une formation professionnelle en psychologie, arts plastiques et musique, est le fondateur avec sa femme Françoise de l'École de Danse d'Expression Alain et Françoise Chantraine.

Ensemble, ils sont créateurs d'une approche de la danse dont l'objectif est d'aider au développement de la personne.

Leur œuvre comprend trois dimensions indissociables : artistique, pédagogique et humaine.

Leur méthode pédagogique fait appel à l'être tout entier, en harmonisant ses trois pôles : physique, émotif et intellectuel.

Le principe des cours repose sur l'alternance des temps de la vie qui a inspiré les « 5 temps Chantraine » (méthode protégée), pouvant devenir un cheminement vers l'unité spirituelle et corporelle.

Ces "5 temps" sont : "Rythme, Intériorité, Technique, Créativité, Chorégraphie".

[www.dansechantraine.com](http://www.dansechantraine.com)

## DANSER LE RETOUR DU PRINTEMPS

« Une rencontre inter-âges pour (r)éveiller la danseuse ou le danseur qui sommeille en chacun(e) de nous... »

### 3 DEMI-JOURNÉES

mardi 25, mercredi 26 et jeudi 27 avril  
de 14h à 17h

Lieu des cours : PLLL

86 bis rue Georges Courteline - 37 000 TOURS

### TARIFS :

- Adultes 65€
- Enfants, Adolescent(e)s, Etudiant(e)s 55€

Réduction les adhérents Chantraine pour -5€

Les règlements sont à adresser à Pauline Pézerat.  
(chèques ou coupons ANCV acceptés)

### AUTRES STAGES EN 2023 :

Pour être tenus informés des stages et spectacles, rendez vous sur le site internet (rubrique actualités) ou inscrivez-vous sur la newsletter.

## RENSEIGNEMENTS - INSCRIPTIONS

Pauline PEZERAT

06 683 687 14

paulinepezerat63@gmail.com



## INSCRIPTION

Cours de vacances à Tours  
les 25-26 et 27 avril 2023 :

A envoyer à : Pauline PEZERAT  
292, route des Royers 37330 Souvigné

NOM : -----

PRENOM : -----

AGE : \_\_\_\_\_ DATE DE

NAISSANCE -----

ADRESSE : -----

-----  
CODE POSTAL : -----

VILLE : -----

TEL. : -----

MAIL : -----

Je joins le règlement :

- d'un acompte ----- €
- ou de la totalité du stage : ----- €

Les règlements par chèques, espèces ou virements sont adressés à Pauline Pézerat.  
(chèques ou coupons ANCV acceptés).

Date :

Signature :