



LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 1 - ARN 64114

Barre & Milieu : Cours pour jeunes débutants et niveau élémentaire

Classe de Sylvia Padovan - *Colette Astruc*, piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 2 - ARN 64116

Barre & Milieu : Cours pour le niveau moyen et avancé
Classe de Héléne Sadovska

Samuelina Tahija & Philippe Reverdy, piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 3 - ARN 64119

La classe de jazz et de danse moderne par Janet Pidoux
Jacques Carré, piano - *Patrick Petitbon*, batterie

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 4 - ARN 64121

La barre à terre n°1 - *Philippe Reverdy*, musique et piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 5 - ARN 64122

Barre & Milieu : Répertoire lyrique niveau moyen et avancé
Classe de Sylvia Padovan - *Colette Astruc*, piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 6 - ARN 64123

Barre & Milieu : La danse de caractère

Classe de Olga Stens
Philippe Reverdy, piano - *Agnès Reverdy*, violon

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 7 - ARN 64124

Barre & Milieu
Classe de Héléne Sadovska - *Philippe Reverdy*, piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 8 - ARN 64125

Tap dance (Claquettes) - Classe de Sylvia Dorame
Daniel Hiribarrondo, claquettes

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 9 - ARN 64127

La barre à terre n°2 - *Philippe Reverdy*, musique et piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 10 - ARN 64131

Barre & Milieu - Variations et Pas de deux
Classe de Annie Rochet - *Patrice Bernard*, musique et piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 11 - ARN 64133

Variations... - *Philippe Reverdy*, musique et piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 12 - ARN 64135

Barre & Milieu - Classe de Héléne Sadovska
Sofia Matkowska, piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 13 - ARN 64139

Barre & Milieu
Classe de Daniel Franck du Théâtre National de l'Opéra
Tadeusz Gieysztor, musique et piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 14 - ARN 64107

Barre & Milieu - Classe de Maria Guerrero
Marie-Martine Simandy, musique et piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 15 - ARN 64141

Quatuor pour la danse classique
(Piano, clarinette, violoncelle, percussions)
Barre & Milieu - Classe de Annie Rochet
Patrice Bernard, musique et piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 16 - ARN 64318

Musique à la carte
Conception : Yvette Langlois-Poulain
Marie-Martine Simandy, musique et piano

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 17 - ARN 64459

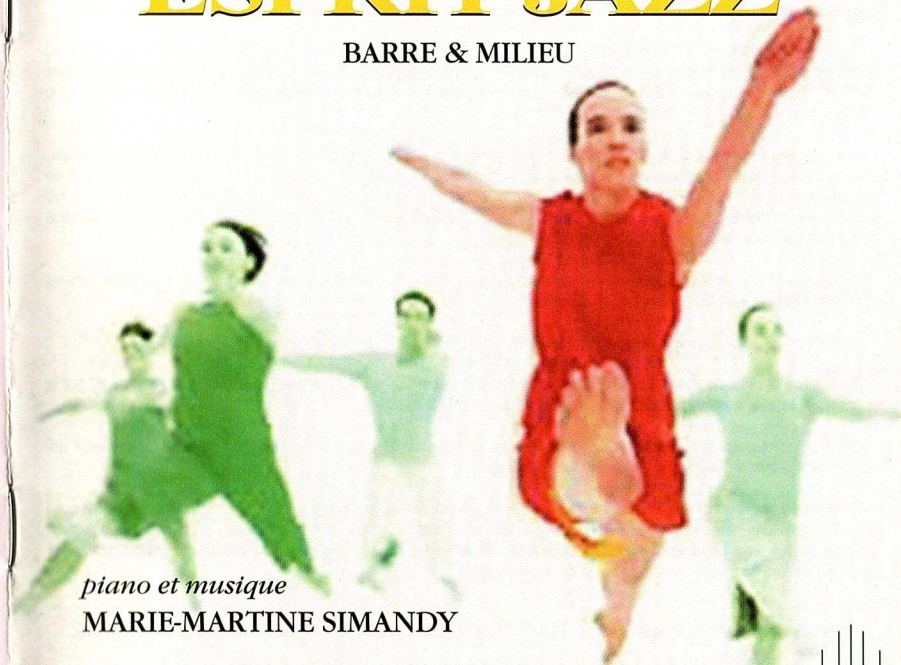
Les couleurs de la danse
Conception : Yvette Langlois-Poulain
Marie-Martine Simandy, musique et piano
avec la participation de *Emila Simandy*, violon

LA DANSE PAR LE DISQUE, vol. 18 - ARN 64531

Variations - 2^e & 3^e cycles
Musique originale de Jacques Catz
Noël Lee, piano

ESPRIT JAZZ

BARRE & MILIEU



piano et musique

MARIE-MARTINE SIMANDY

La Danse par le disque vol. 19

«Esprit Jazz»

barre & milieu

MARIE-MARTINE SIMANDY, professeur d'enseignement artistique, diplômée du C.N.R. de Lille et de la Schola Cantorum de Paris, est titulaire d'un diplôme d'Etat d'accompagnement. Accompagnatrice du Ballet du Nord depuis la création du centre national chorégraphique avec Alfonso Cata et Maria Guerrero, elle travaille avec nombre de professeurs réputés.

Formatrice au diplôme d'Etat de professeur de danse, elle apporte son concours au CEFEDM de Lyon, au Centre de danse du C.R.E.P.S. de Wattignies et actuellement au CEFEDM de Rouen. YVETTE LANGLOIS-POULAIN titulaire d'un CAPEPS, diplômée de l'association française des maîtres de danse classique, est à l'origine de l'ouverture, en 1984, du Centre de Danse du C.R.E.P.S. de Wattignies.

En 1990, le centre est habilité par le Ministère de la culture, dès la création du diplôme d'Etat de professeur de danse, avec Yvette Langlois Poulain au poste de professeur coordonnatrice entourée d'une équipe technique et pédagogique de qualité. Marie Martine SIMANDY et Yvette LANGLOIS-POULAIN se penchent sur les difficultés rencontrées par les professeurs qui n'ont pas la chance de travailler directement avec des musiciens. ARION publie dès 1989, dans la collection « La danse par le disque » le fruit de leur réflexion pédagogique.

Le volume 14 s'appuie sur une classe de Maria Guerrero, premier C.D. dont le livret décrit une barre de style balanchinien, caractérisée par la vélocité des appuis et du bas de jambe.

Le volume 16 : « Musique à la carte » propose 29 thèmes musicaux et leurs variantes en 75 pages.

Le volume 17 : « Les couleurs de la danse » offre une riche palette de danses de la gavotte au boogie, en passant par la habanera et la java, sans oublier les indispensables valse, mazurka et polka.

Pour ce dernier volume, Marie Martine SIMANDY s'est inspirée des sonorités et rythmes jazz, retenant ceux qui convenaient le mieux à la dynamique d'une classe de ballet.

Le plan demeure celui d'une classe traditionnelle : barre et milieu. Les plages destinées au travail à la barre sont doublées, pour une plus grande facilité d'emploi. Certains exercices sont proposés en version plus ou moins longue avec variation thématique. Le livret suggère quelques pas utilisables sur ces musiques, à chaque professeur d'effectuer ses choix en fonction du niveau de ses élèves et de ses objectifs.

Remerciements à Madame COCHETUX pour le prêt du piano BÖSENDORFER

BARRE

1 PRÉLIMINAIRE 1 : JAZZY, MESURE : 4/4.

Version courte

Suggestion : Face à la barre : recherche de l'axe, placement de l'en-dehors, transfert du poids du corps, mobilité de la colonne vertébrale : Inclinaisons, cambrés légers.

2 PRÉLIMINAIRE 1BIS : JAZZY, MESURE : 4/4.

Version moyenne

3 PRÉLIMINAIRE 1TER. : JAZZY, MESURE : 4/4.

Version longue

4 PRÉLIMINAIRE 2 : TANGO, MESURE : 2/4.

Suggestion : Travail de l'en-dehors et de l'en-dedans (au cou-de-pied, en retiré ou attitude), recherche de la solidité de la jambe de terre et indépendance de la jambe libre : Battements cloches effectués en souplesse.

5 PLIÉS : VALSE, MESURE : 3/4.

Suggestion : Demi-pliés et grands pliés dans les positions : première, seconde, quatrième et cinquième ; Penchés avant et latéraux, cambrés, ports de bras et de buste, équilibres sur demi-pointes sur deux pieds.

6 DÉGAGÉS À TERRE : JAZZY, MESURE : 4/4.

Version courte.

Suggestion : Dégagés à terre, changements du poids du corps, coordination de bras et de tête.

7 DÉGAGÉS À TERRE : JAZZY, MESURE : 4/4.

Version longue.

8 BATTEMENTS JETÉS : RAGTIME, MESURE : 4/4.

Version courte.

Suggestion : Battements jetés et retirés, changements rapides du poids du corps.

2'04 PRÉLIMINAIRE 1A: JAZZY, 4/4 TIME.

Short version

Suggestion : Facing the barre. Aims: line, placing 'en dehors', transferring the body's weight, mobility of the spine: inclinations, slightly 'cambred'.

2'11 PRÉLIMINAIRE 1B: JAZZY, 4/4 TIME.

medium version

5'09 PRÉLIMINAIRE 1C: JAZZY, 4/4 TIME.

long version

1'29 PRÉLIMINAIRE 2 : TANGO, 2/4 TIME

Suggestion: Working en dehors and en dedans ('au cou-de-pied', 'en retiré' or attitude), aiming at firmness of the standing leg and independence of the free leg: 'battements cloches' performed smoothly.

4'07 PLIÉS: WALTZ, 3/4 TIME

Suggestion: 'Demi-pliés' and 'grands pliés' in the following positions: first, second, fourth and fifth. Penchés to the front and to the side, 'cambred', 'ports de bras' and 'ports de buste', balanced on 'demi-pointes' both feet.

1'38 DÉGAGÉS À TERRE: JAZZY, 4/4 TIME.

Short version

Suggestion: 'Dégagés à terre', changes of body weight, coordination of arms and head.

2'56 DÉGAGÉS À TERRE: JAZZY, 4/4 time

Long version

0'55 BATTEMENTS JETÉS: RAGTIME, 4/4 TIME.

Short version

Suggestion: Battements jetés and retirés, quick shifts of body weight.

9 **BATTEMENTS JETÉS : RAGTIME, MESURE : 4/4.**

Version longue.

10 **TRAVAIL DU BAS DE JAMBE : CHARLESTON, MESURE : 4/4.**
Version courte.

Suggestion : Battements jetés suivis et serrés associés à des coupés, vélocité du bas de jambe, et tenue de l'axe, solidité de la jambe de terre.

11 **TRAVAIL DU BAS DE JAMBE : CHARLESTON, MESURE : 4/4.**
Version longue.

12 **RONDS DE JAMBE À TERRE : VALSE, MESURE : 3/4.**

Suggestion : Temps liés, piqués ramassés en cinquième, ronds de jambe à terre en dehors et en dedans associés à des battements soutenus raccourcis ou développés, grands ports de bras, équilibre sur un pied : en retiré, arabesque ou attitude.

13 **BATTEMENTS FONDUS : TANGO, MESURE : 2/4.**

Suggestion : Fondus simples et doubles avec ou sans relevés, associés à des ronds de jambes à la seconde. (Deux phrases musicales sont destinées à l'équilibre dans une grande pose.)

14 **BATTEMENTS FRAPPÉS ET PETITS BATTEMENTS SUIVIS SUR LE COU-DE-PIED. BOOGIE, MESURE : 4/4.**

Suggestion : Battements frappés, travail de précision et de rapidité du bas de jambe dans les directions, petits battements suivis : devant, derrière ou devant-derrrière le cou-de-pied.

15 **ADAGE, VALSE LENTE, MESURE : 3/4.**

Version courte.

Suggestion : Grands développés croisés ou effacés, grands ronds de jambe en-dehors et en-dedans, équilibres dans les grandes poses.

16 **ADAGE, VALSE LENTE, MESURE : 3/4.**

Version longue.

1'40 **'BATTEMENTS JETÉS': RAGTIME, 4/4 TIME**

Long version.

0'45 **WORK ON THE LOWER LEG: CHARLESTON, 4/4 TIME.**

Short version

Suggestion: 'Battements jetés suivis' and 'serrés' combined with 'coupés', fast movements of lower leg, and keeping in line, firmness of the standing leg.

1'14 **WORK ON THE LOWER LEG: CHARLESTON, 4/4 TIME**

Long version.

3'11 **'RONDS DE JAMBE À TERRE': WALTZ, 3/4 TIME**

Suggestion: 'Temps liés', 'piqués ramassés' in fifth position, 'ronds de jambe à terre en dehors' and 'en dedans' combined with 'battements soutenus raccourcis' or 'développés', 'grands ports de bras', balance on one foot: 'en retiré', arabesque or attitude.

2'14 **'BATTEMENTS FONDUS': TANGO, 2/4 TIME**

Suggestion: Single and double fondus with or without relevés, combined with 'ronds de jambes à la seconde'. (Two musical phrases are intended for balance in a grande pose.)

0'50 **'BATTEMENTS FRAPPÉS' AND SMALL 'BATTEMENTS SUIVIS SUR LE COU-DE-PIED': BOOGIE, 4/4 TIME**

Suggestion: 'Battements frappés', working on accuracy and speed in the lower leg, directions, 'petits battements suivis': behind or inside-behind the 'cou-de-pied'.

2'12 **ADAGIO SLOW WALTZ, 3/4 TIME**

Short version

Suggestion: 'Grands développés croisés' or 'effacés', 'grands ronds de jambe en-dehors' and 'en dedans', balance in the 'grandes poses'.

3'08 **ADAGIO SLOW WALTZ, 3/4 TIME**

Long version.

17 **GRANDS BATTEMENTS - JAZZY, MESURE : 4/4.**

Version courte.

Suggestion : Grands battements accentués sur la fermeture en cinquième.

18 **GRANDS BATTEMENTS - JAZZY, MESURE : 4/4.**

Version longue.

Suggestion : Grands battements simples, pointés, développés, raccourcis ou pliés sur jambe de terre. Peuvent être associés à des relevés détournés.

19 **JAMBE SUR LA BARRE - BALLADE, MESURE : 4/4.**

Suggestion : Jambe sur la barre, dans toutes les positions ou en attitude, pied dans la main, genou dans la main, grand écart.

1'17 **'GRANDS BATTEMENTS', JAZZY, 4/4 TIME**

Short version

Suggestion: Big 'battements accentués sur la fermeture' in fifth position.

2'28 **'GRANDS BATTEMENTS', JAZZY, 4/4 TIME**

Long version.

Suggestion: Big 'battements' - simple, 'pointés', developed, short or 'pliés' on leg set on the floor. May be combined with 'relevés détournés'.

3'46 **LEG ON THE BARRE - BALLADE, 4/4 TIME**

Suggestion: Leg on the barre, in all positions or en attitude, foot in hand, knee in hand, grand écart.

BARRE

20 **DÉGAGÉS À TERRE RAGTIME, MESURE 2/4.**

Suggestion : Dégagés à terre : en effacé, croisé, en tournant, associés à des enveloppés, détournés et à différents pas de liaison : glissade, pas de bourrée, flic flac...

21 **PETTIT ADAGE : ADAGE, MESURE : 3/8.**

Suggestion : Ports de bras, fondus, équilibres à mi-hauteur à pied plat ou sur relevé.

22 **GRAND ADAGE : ADAGE, MESURE : 3/4.**

Suggestion : Développés dans les grandes poses et différents épaulements, arabesques et attitudes, tour de promenade, grand rond de jambe en l'air, relevé fouetté...

23 **PIROUETTES EN-DEHORS ET EN-DEDANS MAZURKA, MESURE : 3/4.**

Suggestion : Exercice de pirouettes en-dehors et en-dedans, associées à des piqués ramassés cinquième, retirés, emboîtés, différents pas de bourrée.

1'00 **'DÉGAGÉS À TERRE' - RAGTIME, 2/4 TIME**

Suggestion: 'Dégagés à terre': 'en effacé', 'croisé', turning, combined with invlopped, 'détournés' and various joining steps: 'glissade', 'pas de bourrée', flic flac, etc.

0'59 **SHORT ADAGIO - ADAGE, 3/8 TIME**

Suggestion: 'Ports de bras', 'fondus', stability to middle-high with flat foot or on 'relevé'.

1'18 **LARGE ADAGE - ADAGE, 3/4 TIME**

Suggestion: Développé in the large poses and different 'épaulements', arabesques and attitudes, 'tour de promenade', big 'rond de jambe en l'air', 'relevé fouetté'...

1'54 **PIROUETTES EN DEHORS AND EN DEDANS MAZURKA, 3/4 TIME**

Suggestion: Exercise for pirouettes in and out, combined with piqués ramassés fifth, retirés, emboîtés, different 'pas de bourrée'.

- 24 TEMPS DE POINTES : RYTHME SUD-AMÉRICAIN, MESURE : 4/4.**
Suggestion : Temps piqués au jarret, au genou, en montant, descendant, tournant. Echappés, emboîtés, pas de bourrée...
- 25 TOURS DANS LES GRANDES POSES : VALSE, MESURE : 3/4.**
Suggestion : Pas de bourrée en tournant, grand rond de jambe en l'air, relevés en attitude par _ de tour, tour dans les grandes poses.
- 26 PETITS SAUTS 1 : RAGTIME, MESURE : 2/4.**
Suggestion : Soubresauts en 1^{er}, 2^{de}, 5^{ème} ou 4^{ème}, changements de pieds, échappés sautés (avec épaulements).
- 27 PETITS SAUTS 2 : BOOGIE, MESURE : 4/4.**
Suggestion : Petits sauts (battus ou non) : petits jetés, temps levés, ballonnés, petits ballottés, glissade assemblés, sissonnes fermées, petit temps de cuisse... Les sauts sont associés à différents pas de liaison : glissade, pas de bourrée, pas tombé...
- 28 PETITS SAUTS 3 : JAZZY, MESURE : 4/4**
- 29 GRANDS SAUTS : GRANDE VALSE, MESURE : 3/4.**
Suggestion : Grands jetés, sissonnes, grands assemblés, pas de bourrée grand jeté en tournant, cabrioles, posé coupé jeté en tournant, sauts de basque...
- 30 GRAND PAS : VALSE, MESURE : 3/4.**
Suggestion : Grand pas mêlant différents pas de valse, grands relevés développés, battements arrondis, enveloppés, détournés, pirouettes, tours posé piqués, tours dans les grandes poses.

- 1'05 TEMPS DE POINTES - SOUTH-AMERICAN RHYTHM, 4/4 TIME**
Suggestion: Temps piqués au jarret, au genou, en montant, descendant, tournant. Echappés, emboîtés, pas de bourrée...
- 1'27 TOURS DANS LES GRANDES POSES WALTZ, 3/4 TIME**
Suggestion: Pas de bourrée en tournant, grand rond de jambe en l'air, relevés en attitude par _ de tour, tour dans les grandes poses.
- 0'27 SMALL JUMPS 1 - RAGTIME, 2/4 TIME**
Suggestion: Soubresauts in first, second, fifth or fourth position, changes of foot, échappés sautés (with épaulements).
- 0'44 SMALL JUMPS 2 - BOOGIE, 4/4 TIME**
Suggestion: Small jumps (battus or not): petits jetés, temps levés, ballonnés, petits ballottés, glissade assemblés, sissonnes fermées, petit temps de cuisse... The jumps are combined with various joining steps: glissade, pas de bourrée, pas tombé...
- 0'49 SMALL JUMPS 3 - JAZZY, 4/4 TIME**
- 1'41 LARGE JUMPS - LARGE WALTZ, 3/4 TIME**
Suggestion: Grands jetés, sissonnes, grands assemblés, pas de bourrée grand jeté en tournant, cabrioles, posé coupé jeté en tournant, sauts de basque...
- 1'03 LARGE PAS WALTZ, 3/4 TIME**
Suggestion: Large pas combining various pas de valse, grands relevés développés, battements arrondis, enveloppés, détournés, pirouettes, tours posé piqués, tours dans les grandes poses.

- 31 DIAGONALE OU MANÈGE 1 : ROCK, MESURE : 4/4.**
Suggestion : Tours piqués ou posé piqués, déboulés... Grand pas avec parcours possible en manège : chassés grand jetés...
- 32 DIAGONALE OU MANÈGE 2 : VALSE, MESURE 3/4.**
Suggestion : Pas de valse en tournant, piqués arabesque, chassés grands jetés, tours piqués, posé piqué développés, assemblées soutenues etc....
- 33 DIAGONALE OU MANÈGE 3 : GRANDE VALSE, MESURE : 3/4.**
- 34 RÉVÉRENCE : BLUES, MESURE : 12/8.**
Révérence, retour au calme, respirations et ports de bras, étirements de récupération.

- 1'33 DIAGONAL OR MANÈGE 1 - ROCK, 4/4 TIME**
Suggestion: Tours piqués or posé piqués, déboulés... Grand pas with possible manège: chassés grand jetés...
- 1'10 DIAGONAL OR MANÈGE 2 - WALTZ, 3/4 TIME**
Suggestion: Pas de valse en tournant, piqués arabesque, chassés grands jetés, tours piqués, posé piqué développés, assemblées soutenues etc.
- 1'28 DIAGONAL OR MANÈGE 3 - GRAND WALTZ, 3/4 TIME**
- 1'11 RÉVÉRENCE BLUES, 12/8 TIME**
Révérence, retour au calme, respirations and ports de bras, étirements de récupération.

