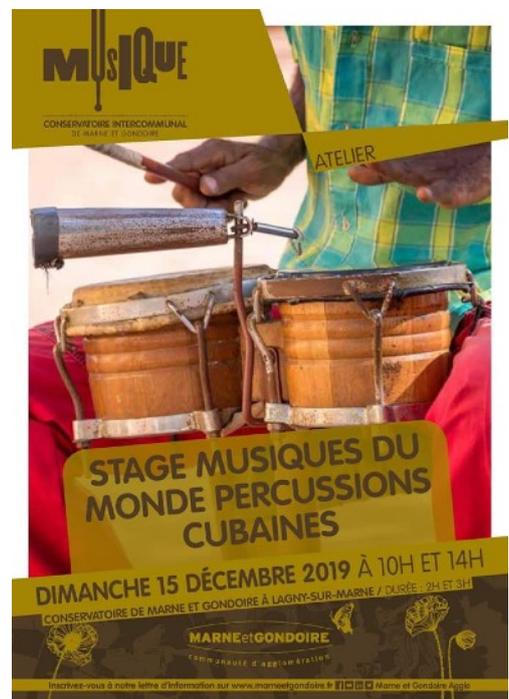
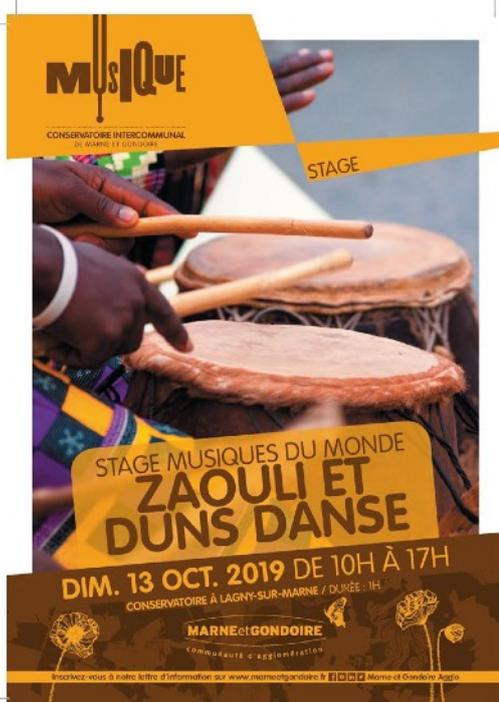




LIVRE D'OR STAGES MUSIQUES DU MONDE Marne et Gondoire

Organisés par
JCBA - Alex Sinha



Avec mes enfants, nous avons eu la chance de suivre différents stages Musiques du monde organisés par JCBA - Alex Sinha : Zaouli et Duns Danse, Sabar Zaouli, percussions traditionnelles (Udu Hang) et musique du Zimbabwe (Sanzas Kalimba Mbira).

Ces stages de découvertes sont très riches et nous sortons à la fin de la journée comme ressourcés. Nous apprenons l'histoire de l'instrument, la culture du pays, et comment jouer en "famille" ces instruments.

La théorie et la pratique sont bien coordonnées et ces stages s'adressent aussi bien aux débutants qu'aux experts.

Mes enfants sont motivés à suivre ces stages qui leur permettent d'apprendre l'Histoire de l'instrument et la manière de le jouer. Ils ont apprécié aussi découvrir le chant (Musique de Zimbabwe) et la danse Zaouli, qui accompagnent avec force et élégance l'instrument.

Nous remercions très chaleureusement JC pour cette initiative et le conservatoire de Lagny-sur-Marne qui nous donne cette chance de suivre ces stages de qualité.
Au plaisir de revivre d'autres stages Musique du monde !
Musicalement,

Kasthuri, Usha et Sanjay R.

* * *

Je tiens tout d'abord à saluer l'initiative de ces journées qui permettent gracieusement de mettre à la portée de tous de formidables connaissances sur les musiques du monde. De façon générale, nous y rencontrons des personnes qui ont envie de découvrir et de partager en toute simplicité.

Les intervenants sont des personnes passionnées, humbles, désireuses de partager leur savoir et savoir-faire à tous ceux qui se montrent intéressés et ouverts.

J'ai été particulièrement sensible aux stages liés aux percussions (cubaines, zaouli, duns) s'agissant de mon principal centre d'intérêt.

J'ai toutefois été très sensible au stage de Vincent Hickman et la découverte de la musique du Zimbabwe même si je suis moins attirée par ces instruments. L'intervenant est très captivant, les chants sont d'une douceur envoûtante et on sort de ce stage extrêmement apaisé.

Grâce à ces stages, j'ai découvert que mon corps pouvait se lâcher comme je ne le soupçonnais pas (stage de danse avec Marieme Coly) avec une énergie transmise par cette danseuse fabuleuse, d'une patience inouïe.

J'ai également découvert que je pouvais chanter sans provoquer de maux de tête aux autres grâce aux stages de Vincent Hickman et Elise Anne Leguin. Ma voix s'insère à celle des autres et en découlent des chants mélodieux et harmonieux.

Ces multiples expériences m'amènent donc à encourager la poursuite de ces initiatives car quand on y a goûté on a soif de recommencer pour approfondir et continuer à partager de riches moments de qualité.

Nathalie D. - 5 stages à son actif

* * *

C'est toujours avec un très grand plaisir que je participe aux stages de musique organisés par JCBA - Alex Sinha, c'est toujours très enrichissant avec ses explications historiques passionnées et plein de découvertes au niveau instrumental.

Un réel échange entre tous les participants et beaucoup de bonne humeur.

Merci à lui pour tout cela et un grand merci également à sa famille qui veut bien nous le prêter lors de ces nombreux dimanches...

Christine L.

J'ai eu la chance de participer à tous les stages proposés dans le cadre du projet "Musiques du monde" depuis octobre 2018. J'ai manqué malheureusement le dernier mais je me prépare déjà pour le suivant !!

Le premier a été d'abord une belle rencontre avec JCBA - Alex Sinha ; un passionné du rythme avec une ouverture et des connaissances culturelles impressionnantes...

Un grand musicien qui prend beaucoup de plaisir à transmettre avec une énergie incroyable !!

Tous ces stages ont été pour moi d'une grande richesse :

* La découverte d'instruments, des pratiques musicales qui s'inscrivent pour chacune dans son contexte historique et culturel.

* Ce sont également des grands moments de partage avec la constitution d'un petit groupe de personnes différentes qui se fidélisent dans cette belle dynamique.

Un grand merci également à tous les intervenants qui ouvrent d'autres approches musicales. J'utilise régulièrement le chant et les percussions africaines comme outil éducatif et thérapeutique dans le cadre de mon travail d'éducateur spécialisé. Ces stages m'ont permis également de me ressourcer dans ma pratique.

J'ai pris jusqu'à aujourd'hui beaucoup de plaisir et je suis impatient de participer au prochain stage.

Dominique P.

* * *

Participer à des stages de musique du monde pour la musique que l'on entend, que l'on fait et pour les gens qu'on y rencontre.

Participer à un stage sur un instrument que l'on ne connaît pas et/ou sur lequel on ne joue pas permet :

- D'ouvrir son esprit et son oreille à des sonorités nouvelles
- D'exercer ses sens à des expériences inédites, créatives, curieuses et parfois intrigantes
- De repousser ses propres limites artistiques en défrichant des territoires musicaux sur lesquels on n'a jamais l'opportunité de se rendre.
- De s'initier à des techniques et des méthodes de jeu hors du commun

Participer à un stage dans le format présent avec JC comme maître de cérémonie et/ou des intervenants permet :

- De bénéficier de toute la culture musicale de ces personnes qui savent nous narrer l'histoire de peuple et l'histoire de la vie des gens au travers de l'expression musicale.
- De rencontrer des gens passionnés et passionnants et de disposer d'un format propice à l'échange et au mélange culturel
- De jouer avec des personnes de tous horizons et de communier en musique, pendant quelques heures, en se coupant de la turbulente actualité de chacun et de la pressante actualité du monde.

Fabrice D.

* * *

Quel plaisir de participer au stage de musique du monde !

Antonin et moi-même y avons participé à plusieurs reprises et cela nous a permis de découvrir de nouveaux instruments et également de découvrir l'histoire de l'instrument, l'histoire et coutumes de son pays d'origine ! Un réel enrichissement !

C'est d'ailleurs à la suite de ces stages que nous avons intégrés tous les deux l'orchestre de Batucada depuis maintenant 2 ans !

Delphine B.

* * *

De très bons moments musicaux riches en rencontres et en cultures menés par de belles personnes !

Ludo

* * *

DIMANCHE 15 AVRIL 2018 BATUCADA

Découverte de la pratique collective, des percussions et d'une pédagogie tout à fait nouvelle me concernant, ce stage m'a ouvert la voie vers un univers musicale extraordinairement riche. Au point que j'ai décidé de poursuivre l'expérience et de m'inscrire au conservatoire. Dans un premier temps, les cours de Batucada tous les samedi se sont avérés suffisants. Mais, dans un second temps, je n'ai pas résisté au besoin de compléter par des cours de batterie en individuel. Définitivement conquis, j'adresse un grand merci au conservatoire de Lagny-Sur-Marne et JCBA - Alex Sinha pour l'organisation de ce stage.

Nicolas V.

* * *

DIMANCHE 21 OCTOBRE 2018 MUSIQUE DU ZIMBABWÉ (SANZAS KALIMBA MBIRA) - Vincent Hickman

C'est avec plaisir que nous avons participé, ma petite fille et moi, au stage proposé par JCBA - Alex Sinha ce dimanche 21 octobre, qui s'est déroulé toute la journée au conservatoire et où nous avons pu découvrir des instruments incroyables tel que la KALIMBA avec Vincent Hickman qui a su nous faire apprécier cet instrument, ses origines, sa pratique.

Un grand merci aux organisateurs et maître de stage.

Claudine N.

* * *

Douceur ! Découverte totale de cet instrument aux sons si doux. Vincent a su nous accompagner toute la journée avec délicatesse pour nous initier le plus simplement possible à la Kalimba. Pratique accompagnée d'un film superbe tant par les images que par le son de ces Kalimbas jouées avec une telle dextérité par ces Africains baignés depuis toujours par la musique. En fin de journée, le résultat était bluffant, nous avons réussi à faire évidemment, en toute simplicité, de belles mélodies avec de beaux chants dans une atmosphère chaleureuse, joyeuse et chargée de bienveillance.

Merci à Vincent pour cette belle journée.

Olivia D.

* * *

DIMANCHE 16 DÉCEMBRE 2018 PERCUSSIONS TRADITIONNELLES (UDU HANG)- Klaim

Une occasion inespérée de découvrir en famille toute une gamme de cet instrument peu répandu, aux mélodies envoûtantes et aux vertus relaxantes.

Une très belle initiation dirigée par Klaim, musicien passionné, qui a su nous mettre en confiance, nous guider dans la pratique de cet instrument si particulier et partager ses connaissances.

Un grand merci à JCBA - Alex Sinha et au conservatoire de Lagny de nous offrir ce moment de partage, cette découverte culturelle et musicale.

Cécile K.

* * *

Je suis venue à ce stage accompagnée de ma petite fille et nous avons été ravies d'apprendre l'origine et la technique du HANG, instrument insolite et envoûtant !

Merci au Conservatoire, ainsi qu'à JCBA - Alex Sinha qui a permis la réalisation de ce stage et merci à Klaim, notre professeur de HANG, qui nous a embarqué dans un univers relaxant.

Claudine N.

* * *

Merci à JCBA - Alex Sinha de nous faire découvrir de nouveaux instruments, de nouveaux univers musicaux. Toujours dans la bienveillance, avec une attention particulière pour que chacun puisse avancer à son rythme et profiter pleinement du stage.

Très jolie initiative qui nous fait voyager vers d'autres horizons car les stages commencent toujours par une brève présentation de l'instrument, son histoire, son rôle dans les rites, etc...

C'est une vraie chance que nous offre le conservatoire de s'initier à des instruments peu connus chez nous, entourés de vrais professionnels.

Luc et Sylvie

* * *

Hypnotisant !! Klaim nous a tout d'abord expliqué et montré les différents types de Hangs, les différentes tonalités, les différentes provenances et nous avons pu nous lancer... cet instrument si récent, qui paraît si dur d'accès et pourtant en le frôlant, le tapotant, le caressant tout en douceur, nous arrivons au fur et à mesure à en sortir des sons plus beaux les uns que les autres avec évidemment les conseils de Klaim paisible et toujours à l'écoute pendant tout l'apprentissage. Ce stage a été clôturé par une démonstration fascinante de Klaim avec 3 hangs, c'était magique !

Merci à Klaim pour ce bon moment.

Olivia D.

* * *

C'est avec grand plaisir que j'ai découvert ces 2 instruments, le udu le matin et le hang l'après midi. Merci à JC et Klaim.

Christine R.

* * *

J'ai participé au stage UDU c'est une évidence grâce au conservatoire de Lagny et l'engagement de JCBA - Alex Sinha je n'aurais pas osé bien que je possède cet instrument à la maison qui mérite d'être connu. Merci pour ce mérite JC et merci le conservatoire de mettre à l'honneur cet instrument qui est le UDU que je recommande.

Jacqueline L.

* * *

Très bon moment partagé avec une bonne vingtaine de participants. D'abord intimidé car je ne connaissais personne et à cause de mon piètre niveau musical, JC a su nous faire participer tous ensemble, j'ai vite oublié mes lacunes ! C'était un vrai plaisir de découvrir cette percussion atypique et très intéressante, le udu permet une multitude de sons et fourni un effet de relaxation garanti...

Merci JC pour ton initiation abordable, ta passion et le plaisir ressenti !

Je participerai volontiers à d'autres stages, si possible, pour découvrir d'autres instruments, à quand le prochain stage de udu !

Fabrice B.

* * *

Peut on parler d'initiation tant cet instrument est riche et notre guide d'un jour, Klaim, a été exceptionnel dans la transmission de son art ? Rythmes, mélodies, harmonies, tout y est. La pratique collective s'est avérée d'autant plus enrichissante que chacun a pu présenter en fin de séance son approche. Un grand merci au conservatoire de Lagny-Sur-Marne et JCBA - Alex Sinha pour l'organisation de ce stage.

Nicolas V.

* * *

DIMANCHE 25 FÉVRIER 2019 SABAR ZAOLI - Mody

Invité de choix pour nous parler du sabar et le faire parler, Mody Pape Soo, talentueux joueur de sabar, sabar fola peut-être et djembéfola.

Les djembés ne sont pas en reste et jouent Zaouli ce Zaouli réchauffe rapidement cette matinée hivernale.

Merci à notre GO Alex JCBA pour cette belle journée d'initiation et de découverte.

Jp D.

* * *

Participant au cours de batucada depuis septembre, j'ai vu dans ce stage une occasion de découvrir de nouveaux instruments, de nouvelles sonorités et de commencer mon tour du monde des percussions !

J'ai été complètement portée et emportée par le rythme Zaouli, par cette énergie qui se dégageait de chacun des joueurs et qui nous reliait les uns aux autres.

Ma curiosité a été piquée au vif et une petite lumière s'est allumée en moi qui depuis ne cesse de grandir à mesure que j'explore le monde des percussions Mandingues grâce aux cours de JCBA - Alex Sinha auxquels je participe depuis lors tous les lundis soir !

Ce stage m'a ouvert les portes d'un monde fascinant et je remercie les personnes qui m'ont permis de réaliser mes premiers pas sur ce nouveau chemin.

Cécilia A.

* * *

Stage dynamique, salle pleine d'énergie et de personnes motivées pour partager la même chose « la musique ». Terrible, à refaire !

Merci JC, merci Mody et merci le conservatoire de ne nous proposer ces stages.

Christine R.

* * *

Ce fut un réel plaisir pour un grand enrichissement lors de ce stage qui m'a permis de voyager en plus de jouer c'était aussi important d'avoir un intervenant pour connaître les bases. Merci JC pour l'initiative, Merci Mody pour ta disponibilité et merci le conservatoire pour la mise en place.

Jacqueline L.

* * *

Stage Zaouli très vivant et convivial. C'est une chance d'en bénéficier gratuitement.

Catherine G.

* * *

DIMANCHE 21 AVRIL 2019 PERCUSSIONS CUBAINES (CONGAS CAJON)

Très belle initiation aux rythmes cubains à travers une pratique active des congas et du cajon. Découverte des différentes techniques de frappe, du jeu collectif pour aboutir à des phrases rythmiques riches et entraînantes.

A titre personnel, cette expérience m'a ouvert de nouvelles perspectives de jeu...

Un grand merci à JCBA - Alex Sinha et au conservatoire de Lagny de nous offrir ce moment de partage, cette découverte culturelle et musicale.

Cécile K.

* * *

Toute première session de percussions Cubaines. Les premiers rayons de soleil printaniers emplissent la salle, une vingtaine de participants s'activent sur les bascules, les médiums, les claqués, les doigts se gonflent d'énergie.

Alex notre GO distribue les voies et voilà que la magie de la polyrythmie naît. Le guaguanco commence à tourner...merci à Alex Sinha pour ce partage.

Jp D.

* * *

Un dimanche de Pâques à Cuba... je ne pouvais pas rêver mieux ! Découverte des frappes et techniques propres aux congas, pas toujours simple, mais le rythme entraînant et la force du collectif ont su nous encourager à persévérer !

La découverte des autres instruments du répertoire cubain : güiro, claves, cajon, campana, bongos... a également été très riche d'enseignement et a permis à chacun de trouver sa place, un véritable plaisir partagé !

Muchas gracias !

Cécilia A.

* * *

J'ai participé à ce stage et ai été une fois de plus ravie.

JCBA - Alex Sinha nous fait faire le tour du monde et cette fois-ci encore nous avons pu apprécier ses compétences de maître de stage.

Cet atelier nous a fait découvrir de nouvelles percussions et nous a permis de jouer ensemble. Une grande réussite qui donne envie de poursuivre la découverte de la musique du monde.

Merci au Conservatoire pour la réalisation de ce stage, ainsi qu'à JCBA - Alex Sinha.

Claudine N.

* * *

Habituellement peu réceptif aux musiques cubaines, je tiens à souligner à quel point ce type de stage permet de comprendre les liens et dépendances entre les différents courants musicaux majeurs, jusqu'aux contemporains. L'occasion de se plonger dans les racines, d'en cultiver l'héritage par une pratique collective, d'en comprendre les subtilités par une pédagogie déconcertante d'efficacité, auront été les lignes directrices de la journée. Un grand merci au conservatoire de Lagny Sur Marne et JCBA - Alex Sinha pour l'organisation de ce stage.

Nicolas V.

DIMANCHE 13 OCTOBRE 2019 ZAOULI ET DUNS DANSE - Marieme Coly

Au risque de me répéter, quelle belle énergie là aussi. L'Afrique de l'Ouest est au rendez-vous ce matin d'automne avec les tambours posés au sol. Le Zaouli attend d'être joué par une quinzaine peut-être plus, de batteurs prêts à en découdre, accompagnés de Djembéfolas, c'est puissant sur le plan sonore mais surtout dans l'énergie. Bientôt 13h la pose, nous sommes prêts pour accompagner Marieme Coly.

Merci à Marieme, même si je ne suis pas danseur il me reste les yeux, Marieme est une danseuse souriante et joyeuse qui danse et chante, que du bonheur de l'accompagner au djembé.

Merci Alex Sinha pour ce bon moment de partage de culture.

Jp D.

* * *

Conquise par le rythme Zaouli lors du premier stage, c'est pleine d'enthousiasme que je me suis inscrite au second et je n'ai pas été déçue !

Riches des enseignements du premier stage, nous avons pu approfondir notre découverte de ce rythme et aller plus loin dans notre pratique le matin.

L'après-midi, dédié à la danse, m'a tout autant comblée. De prime abord assez réticente à l'idée de danser, Marieme, talentueuse et bienveillante, a su nous rassurer et nous accompagner en douceur sur ce nouveau chemin si intimement lié à la musique.

Quel plaisir de pouvoir vivre corporellement ce rythme qui dégage tant d'énergie au son des tambours de Sekoya ! On recommence quand ?

Cécilia A.

* * *

Sur le thème Zaouli, ce stage a été un réel plaisir.

Nous avons pu en connaître le sens, son histoire et ensuite partager les instruments pour jouer ensemble grâce à JCBA - Alex Sinha.

Ensuite, nous avons dansé sous la direction de Marieme qui a su nous entraîner dans ces danses africaines ludiques et vivifiantes qui s'adressent à tous, au rythme des percussions.

Merci à JCBA - Alex Sinha et Marieme Coly.

J'espère que ce stage sera reprogrammé.

Claudine N.

* * *

Energie, joie et fraîcheur ! Initiation Zaouli menée par JC à l'énergie débordante ce qui colle bien avec ce rythme. Dans la première partie du stage, phase de mémorisation, endurance et vélocité de ce rythme envoutant sur les duns posés à terre. Puis Marieme est arrivée avec sa grande douceur et son sourire pour nous initier à la danse en prenant soin de tous nous accompagner dans nos mouvements. Toute la journée est sous le signe du partage, moment à la danse conduit par Marieme puis passage aux duns avec JC pour accompagner les stagiaires danseurs. Génial !

Merci à JC et Marieme pour cette superbe journée.

Olivia D.

* * *

Cette après-midi du 13 octobre, je suis arrivée fatiguée suite à une p'tite fête la veille, et je suis rentrée chez moi pleine d'énergie ! C'était vraiment top d'apprendre à danser sur ces rythmes africains et quelle envie de s'enrichir de tout cela.

Merci, merci à tous et à Marieme.

Christine R.

DIMANCHE 15 DÉCEMBRE 2019 PERCUSSIONS CUBAINES (CONGAS TAMBOURS BATÁS) - Elise Anne Leguin

Le temps d'un dimanche j'ai voyagé à Cuba, sans bouger de Lagny !!!
Un stage sur les percussions cubaines, où l'alliance entre musique et culture était de mise.
J'espère faire encore de nombreux voyages, grâce aux dimanches dédiés à la musique du monde.

Merci à JCBA - Alex Sinha et Elise Anne Leguin pour ce moment convivial, consacré à la musique cubaine et aux tambours batás.
Musicalement vôtre.
A très bientôt.

Xavier R.

* * *

Même belle énergie que celle du stage du 21 Avril, en ce qui concerne la première partie, consacrée aux congas.

Elise Anne, sacré p'tit bout de femme, a su malgré l'impossibilité de projeter ses images, nous faire découvrir, entrevoir serait plus approprié la famille de ces tambours Bâtas. Elle se compose de 3 toms ou fûts différents de forme conique à double face, Iya est la mère le plus grand fût, Itotéle le moyen et Okoncolo le petit, originaires du Nigéria. Ce sont les Yoruba qui les font parler au cours de cérémonies. À notre tour Elise Anne, nous a guidé pour interpréter chacune des voies, chacun a pu s'essayer sur chaque tambour. Ce stage s'est achevé en chant sous la direction d'Elise Anne avec un chant en langue Yoruba-Cubanisé d'après notre chef de chœur.

Un grand merci à notre GO Alex Sinha, pour son partage de connaissances de l'historique, de la technique congas avec l'approche du Guaguanco rythme incontournable.
Un grand merci à Elise Anne pour ce temps de partage.

Jp D.

* * *

Deuxième escale à Cuba... que du bonheur !

Nous avons profité de la matinée pour reprendre le travail initié lors du premier stage, avant d'avoir la chance, l'après-midi, de pouvoir nous initier aux tambours batás en compagnie d'Elise Anne Leguin.

Après avoir pris en main l'instrument, découvert son histoire et nous être entraînés aux différentes frappes, Elise Anne nous a proposé d'invoquer l'orisha Osain : maître de la nature et des plantes médicinales. Moment magique entre polyrythmie des tambours et chant Yoruba auxquels elle nous a initié.

Nous ne sommes qu'au début du chemin et j'espère que l'occasion nous sera donnée d'aller plus loin dans notre voyage vers Cuba...

Cécilia A.

* * *

Le stage de percussions cubaines a été un moment privilégié de découverte, et de partage. Les intervenants des stages de musique du monde nous embarquent dans leur univers musical, culturel et spirituel. Un magnifique voyage à travers le rythme !

Catherine A.

* * *

Que de bons moments passés pendant ce stage tout au long de la journée.

Découvertes de percussions cubaines avec théorie et pratique où tout le monde trouve sa place, encadrés par des maîtres de stage passionnés.

JCBA - Alex Sinha a su adapter comme à chaque fois cette séance aux musiciens amateurs de tous âges et de tous niveaux et nous embarquer dans d'autres univers musicaux.

De même qu'Elise Anne Leguin qui nous a fait voyager avec le tambour Bata avec ses rythmes et ses chants.

Merci pour la réalisation de ce stage.

Claudine N.

* * *

Un grand merci à Monsieur JCBA - Alex Sinha ainsi qu'à Marne et Gondoire Musique de nous avoir offert la possibilité de découvrir une partie des percussions cubaines.

Ce fut une journée aussi studieuse que chaleureuse !

Un grand merci aussi à Elise Anne Leguin pour son dynamisme et sa pédagogie.

Je me suis inscrite au stage suivant qui aura lieu au mois de février 2020 tant cette journée était réussie.

Stéphanie B.

* * *

Découverte, partage et plaisir ! En première partie de journée, apprentissage sur les différents styles de frappes propres aux Congas avec JC qui mélange histoire et technique. Essai d'autres percussions comme le Cajon, les claves... puis JC lance la tourne, ce moment de partage dans lequel chacun essaie de maîtriser son instrument au mieux pour prendre le maximum de plaisir.

En 2ème partie de journée, Elise Anne nous rejoint pour les tambours batas, introduction sur la famille des Tambours à 2 peaux puis chacun se munit d'un tambour, Elise Anne passe de l'un à l'autre pour donner les lignes à suivre avec une pédagogie et un humour qui mettent une ambiance détendue et studieuse. Une fois la pratique mise en place, elle nous apprend le chant pour compléter le morceau et enfin, moment de pur plaisir dans lequel nous pouvons unir chant et musique tous ensemble pour finir cette journée.

Merci à JC et Elise Anne pour cette merveilleuse journée.
Et évidemment un grand merci à JC pour toutes ces rencontres...

Olivia D.

* * *

Ce partage de musique du monde, quelle joie ! Découverte pour moi des « Tambours Batas » et c'est avec un vrai grand plaisir que j'ai chanté « Kuru kuru bete..... Mariwo osain... ».

Merci Élise, JC et les membres du conservatoire.

Christine R.

* * *

DIMANCHE 9 FÉVRIER 2020 BALAFON/DUN ET KALIMBA DU ZIMBABWE - Vincent Hickman

Encore un beau voyage avec JC aux pays mandingues !! La magie des balafons imbriqués avec les phrases des dunduns ont enrichi nos pratiques musicales... C'était encore une fois un grand moment de partage !! À poursuivre...

Dominique P.

* * *

De très belles escales autour du continent africain, que l'on découvre et pour lequel le respect et l'amour grandissent, à travers la musique, en pratiquant en toute humilité.

Stage très riche avec des partages d'histoires vécues ou historiques, nous permettant de voyager et de rêver à de nouveaux horizons.

Un partage avec plusieurs générations, ce qui a rendu pour moi et ma fille aînée, ce moment très précieux.

Deux professeurs (JC et Vincent) avec un très grand professionnalisme et une patience permettant de nous rendre heureuses de ce que nous avons fait, malgré toutes les difficultés, offrant ainsi une belle estime de nous-mêmes. Nous en sortons grandies et l'esprit apaisé avec l'envie de s'entraîner encore et encore.

Alors pour tout cela, un très grand merci.

Expériences à revivre avec grand plaisir et le plus souvent possible

Vanessa B. et Anouk B.

* * *