

RAC 2019

- Classe de maître
- Atelier technique
- Pratique et théorie

	Vendredi 19 avril	Samedi 20 avril	Dimanche 21 avril	Lundi 22 avril
10h > 11h30	SANGLES William Bonnet			
11h > 13h	TRAPÈZE - ÉQUILIBRE ET DYNAMIQUE Carolyn Logan			
11h30 > 13h	TISSU Charlotte Ticha			
13h > 14h30	Pause lunch Projections	Pause lunch Projections	Pause lunch Projections	Pause lunch Potluck réseautage
14h30 > 17h30	CRÉATION ET RECHERCHE ARTISTIQUE Marie-Michelle Faber (*samedi 20 avril de 14h à 17h)			Exploration libre et pratique pour le <i>Open stage</i>
14h30 > 17h30	Techniques d'auto-massage pour la prévention et la guérison des blessures François Thibault		Biomécanique & prévention des blessures Guillaume Roy-Noiseux	
	RIG 101 Marcus Gauthier		Connectivité du mouvement dans le corps et l'espace Éliane Bonin	
17h30 > 18h30	Pause			
18h30 > 21h	Conférence : Figures aériennes à travers l'histoire Françoise Boudreault	Entraînement collectif et improvisation dirigée		OPEN STAGE Soirée de clôture
		Sarah Poole	Charlotte Ticha	



COUTS DES FORMATIONS ET FORFAITS

* Frais d'adhésion supplémentaires de 15\$ pour les non-membres de La Caserne

EARLY MONKEYS!
Avant le 1^{er} avril

À partir du 1^{er}
avril

À LA CARTE

Ateliers techniques

SANGLES avec William Bonnet.....	100\$.....	120\$
TISSU avec Charlotte Ticha.....	100\$.....	120\$

Classes de maître

TRAPÈZE INTENSIF	120\$.....	150\$
CRÉATION ET RECHERCHE ARTISTIQUE	140\$.....	160\$

Pratique et théorie

CONNECTIVITÉ DU MOUVEMENT	80\$.....	100\$
TECHNIQUES D'AUTO-MASSAGE *	80\$.....	100\$

* 2 balles de massage sont requises. Elles pourront être achetées lors de l'atelier au coût de 10\$

RIG 101	80\$.....	100\$
BIOMÉCANIQUE ET PRÉVENTION DES BLESSURES	80\$.....	100\$

Conférence et soirées d'improvisation dirigée contribution volontaire

FORFAITS

Sangles + Tissu + 2 Pratique et théorie au choix400\$

Sangles + Tissu + Création et recherche artistique360\$

Sangles + Tissu + 1 Pratique et théorie au choix300\$

Trapèze + 2 Pratique et théorie au choix320\$

Sangles ou Tissu + 2 Pratique et théorie au choix290\$

Trapèze + Création et recherche artistique280\$

Sangles ou Tissu + Création et recherche artistique250\$

Trapèze + 1 Pratique et théorie au choix230\$

Sangles ou Tissu + 1 Pratique et théorie au choix200\$

2 Pratique et théorie au choix180\$