**“Elan
tu es le mot
de la dynamique
et
de la force vitale…”**

Alain Chantraine

MJC Metz Sud
87, rue du XXème Corps Américain
57000 Metz

MJC Lillebonne
14 rue du Cheval Blanc
54000 NANCY

UNE ECOLE DES CENTRES

www.dansechantraine.com

Le site internet pour trouver **votre centre**
son adresse, ses horaires et les
coordonnées des professeurs

Pour voir les extraits de cours

Pour connaitre les manisfestations,
stages, spectacles, rencontres

Pour recevoir directement
les informations en s’inscrivant à la
newsletter

DANSE CHANTRAINE

DANSE CHANTRAINE
Nancy-Metz

NANCY METZ

STAGES DE DANSE 2025-2026

Enfants, ados et adultes

@dessin : Pauline Pézerat

@crédit photo : Stéphanie de Blois

ALTERNANCE

Les week-ends à Nancy et Metz s'adressent à tous ceux qui souhaitent CONTINUER le travail lors de stages précédents ou à tous ceux qui souhaitent en DÉCOUVRIR les bases.

Alain et Françoise Chantraine sont les créateurs d'une approche de la danse dont l'objectif est d'aider à l'épanouissement 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, intellectuel.

Le principe des cours repose sur l'alternance des temps de la vie qui a inspiré les **"5 TEMPS CHANTRAINE"** (méthode protégée) qui sont : Rythme, Intériorité, Technique, Créativité, Chorégraphie, pouvant devenir un cheminement vers l'UNITE spirituelle et corporelle.

Formée par Françoise Chantraine, **Marie-Hélène Covelli** est danseuse, membre de l'Ensemble Chorégraphique et anime des stages à Nancy et à Metz.

STAGES INTER - AGES

"Deux jours de rencontre inter-âges pour (r)éveiller la danseuse ou le danseur qui sommeille en chacun(e) de nous..."

Enfants
(à partir de 10 ans)
Ado
Etudiants
Adultes

MJC Metz Sud

MJC Lillebonne Nancy

Samedi 15h-18h
Dimanche 10h-13h

Dates Nancy :
11 et 12 octobre
11 et 12 avril

Dates Metz :
15 et 16 novembre
31 janvier et 1er février

Tarifs par stage :

Adultes : **65€**
Enfants, ados, étudiant(e)s : **55€**
1 parent + 1 enfant : **110€**
Adhésion annuelle à l'association pour la danse Chantraine : **5€**

Renseignements - Inscriptions :

Marie-Hélène Covelli
06 15 93 13 57
centredenancy@dansechantraine.com
www.dansechantraine.com

INSCRIPTION

(Un bulletin par stagiaire)

A envoyer à :
Marie-Hélène Covelli
6 rue Ancillon
57070 METZ

Je souhaite m'inscrire pour le(s) stages :

- ◯ Le week-end des 11 et 12 octobre 2025 - **NANCY**
- ◯ Le week-end des 15 et 16 novembre 2025 - **METZ**
- ◯ Le week-end des 31 janv. et 1er fév. 2026 - **METZ**
- ◯ Le week-end des 11 et 12 avril 2026 - **NANCY**

NOM : _____

PRÉNOM : _____ AGE : _____

ADRESSE : _____

_____

MAIL : _____

TEL : _____

J'ai déjà suivi des cours de danse Chantraine oui non
Si oui, avec quel professeur : _____

Règlement(s):

- ◯ Je règle la totalité du ou des stages SOIT ____€
- ◯ Je règle 30€ à titre d'arrhes (par stage) SOIT____€
- ◯ Je règle par chèque à l'ordre de Marie-Hélène Covelli
- ◯ Je souhaite procéder par virement et je contacte Marie-Hélène Covelli pour obtenir son RIB (IBAN)
- ◯ Je règle mon adhésion (chèque à l'ordre de l'association pour la danse A. et F. Chantraine)

Date : Signature :