

SOFIANE



CHALAL

SPECTACLE CHORÉGRAPHIQUE
pour 5 danseur.ses

AVANT-PREMIÈRES
18, 19 & 20 JUIN 2026
Festival de Marseille
Friche La Belle de Mai

CRÉATION
6, 7, 8 & 9 OCTOBRE 2026
Manège Maubeuge,
Scène nationale transfrontalière

DANSER AU-DELÀ DES NORMES



UNE
EXPLORATION
CORPORELLE
ET
LIBÉRATRICE

Avec sa nouvelle pièce *XXL*, Sofiane Chalal poursuit le questionnement initié avec le solo *Ma part d'ombre*. Sur un mode qui se voudra tout aussi ludique et introspectif, mais étendu à un plateau de 5 interprètes, le jeune chorégraphe amplifie son geste et élargit la thématique à un groupe de danseurs et danseuses dit.e.s en surpoids.

NOTE D'INTENTION

Comment brasser à plusieurs, partager en connaissance de cause la sensation d'être gros ? Comment faire vaciller la certitude d'être « trop » qui se lit dans le regard des autres, spectateurs et spectatrices compris ? Quelle relecture proposer du lexique du gros, qu'est-ce qui se dit, que faut-il dire, quels euphémismes employer ? Car « ça » se voit, malgré les cachoteries, les mensonges à soi, les pensées qui rassurent. « Peut-on dire qu'une voix de gros ça se voit au téléphone ? Quand j'appelle qui le devine ? » etc.

De ces physiques hors normes, qualification prise au pied de la lettre, désarmant le péjoratif pour annoncer une vie de combats pour l'acceptation, puis la reconnaissance, Sofiane Chalal choisit de prendre le meilleur. Et de jouer les oxymores : puissance et précision, force et légèreté, banalité et exploits.

Il écrit à partir d'attitudes inspirées de la vie quotidienne, par les postures et les costumes, depuis le parcours et les spécificités de chaque interprète. De ce point de départ seront tirés les fils des transformations, par le mouvement, rendus nécessaires par la dure expérience des regards et des injonctions, les déplacements empêchés, l'habillement difficile. Vers la force réparatrice d'une danse au vocabulaire unificateur.

Le « trop » voisine ici avec le débordement, avec le généreux, avec la contagion du rire. Cette contagion croquera celle de l'appartenance, la suite enchaînée des corps et des personnalités qui se danseront les un.e.s les autres, avec spontanéité.

Car malgré le sérieux de la cause, nourrie du sentiment de rejet, de la souffrance personnelle face aux préjugés grossophobes, *XXL* se veut une pièce légère... Le rire est apaisement de l'âme, du souffle et des muscles.

Sofiane Chalal
Chorégraphe

Youness Anzane
Dramaturge

LA DISTRIBUTION

Chorégraphe
Sofiane Chalal

Danseurs.ses
Samantha Chaher
Sofiane Chalal
Missy NRC
Maëla Trollé

Dramaturge
Youness Anzane

Créateur lumières
Adrien Hosdez

Créateur sonore
Mathieu Calmelet

Régisseur général
Adrien Hosdez

Costumière
Shuqian Zhang

CONDITIONS DE TOURNÉE

Plateau
Ouverture mini 10 mètres
Profondeur mini 8 mètres
Hauteur mini sous grill 5,5 mètres

8 personnes en tournée
5 danseurs.ses
+ 2 régisseurs
+ 1 prod

Bord plateau
20 minutes

Durée estimée
1h

Jauge idéale
350-600 spectateurs max

À partir de
9 ans

LES PARTENAIRES



Coproducteurs

Théâtre d’Orléans
Scène nationale - Orléans

Théâtre National Wallonie-Bruxelles
Bruxelles (be)

Le phénix Scène nationale
Valenciennes

Centre Chorégraphique National Roubaix Hauts-de-France
Sylvain Groud - dans le cadre de l’accueil-studio

Mars – Mons arts de la scène
Mons (be)

Théâtre de Suresnes
Jean Vilar - Suresnes

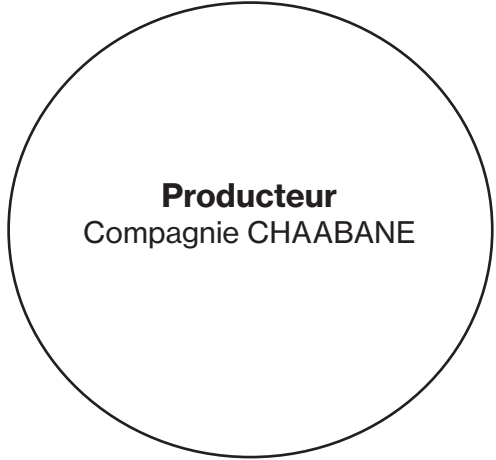
Théâtre de l’Arsenal
Scène conventionnée danse
Val-de-Reuil

La Barcarolle
Scène conventionnée danse et musique - Saint-Omer

La Rose des Vents
Scène nationale - Villeneuve d’Ascq

Secteur 7
CCDC Danses Urbaines - Maubeuge

Théâtre de la Madeleine
Scène conventionnée de Troyes



Soutiens

Ville de Lille – Flow

La briqueterie
CDCN du Val-de-Marne

Le Flow
Centre Eurorégional des Cultures Urbaines, Lille

Pôle en Scènes
Centre chorégraphique Pôle Pik

La Gare numérique de Jeumont

Chapelle Sainte-Marie
Compagnie La Baraka, Annonay

Ville de Maubeuge

Sofiane Chalal bénéficie du soutien de
SUN – Scènes Unies du Nord
Pôle International de Production et de Diffusion (2026–2030).

CALENDRIER TOURNÉE

AVANT PREMIÈRES

18, 19 et 20 juin 2026
Festival de Marseille - Friche
la Belle de Mai

CRÉATION

6, 7, 8 et 9 octobre 2026
Manège Maubeuge
Scène nationale transfrontalière

12 octobre 2026
Le Vivat - SC, Armentières (59)

14 et 15 octobre 2026
Le Phénix - SN, Valenciennes (59)

6 et 7 novembre 2026
La Barcarolle - SC, Saint-Omer (62)
Festival Laissez-moi danser

13 novembre 2026
Palais des Beaux-Arts de Charleroi (be)

17 et 18 novembre 2026
MCA SN & Le Safran, SC Amiens (80)

16 et 17 janvier 2027
Festival Suresnes Cités Danse, (93)

19 et 20 janvier 2027
Théâtre d'Orléans, Scène nationale,
Orléans (45)

Retrouver toutes les dates sur
www.lemanege.com

TOURNÉE 2026/2027

OCTOBRE 2026

13 octobre 2026
Le Vivat, Scène conventionnée
d'intérêt national, Armentières (59)

15 et 16 octobre 2026
Le Phénix, Scène nationale,
Valenciennes (59)

NOVEMBRE 2026

6 et 7 novembre 2026
La Barcarolle, scène conventionnée
Danse et musique, Saint-Omer (62),
Festival Laissez-moi danser

13 novembre 2026
Palais des Beaux-Arts de Charleroi,
(be), Festival Le corps en jeu, en
partenariat avec Charleroi Danse -
Centre chorégraphique de la Fédération
Wallonie-Bruxelles

17, 18, 19 et 20 novembre 2026
Maison de la Culture Amiens,
Scène nationale et Le Safran,
Scène conventionnée, Amiens (80)

DÉCEMBRE 2026

4 décembre 2026
Les Quinconces et L'Espal,
Scène nationale du Mans (72)

JANVIER 2027

7, 8 et 9 janvier 2027
Opéra National de Paris,
Amphithéâtre Bastille, (75)

16 et 17 janvier 2027
Festival Suresnes Cités Danse, (93)
19, 20 et 21 janvier 2027
Théâtre d'Orléans, Scène nationale,
Orléans (45)

23 janvier 2027
L'espace des arts Scène nationale
de Chalon sur Saône (71)

26 janvier 2027
Festival Hip Open Dance 2027
Flow, Lille (59)

FÉVRIER 2027

2 et 3 février 2027
La Rose des Vents, Scène nationale,
Villeneuve d'Ascq (59)

12 février 2027 (option)
Théâtre Le Liburnia, Libourne (33)

MARS 2027

11 mars 2027
Théâtre des Salins, Scène nationale
de Martigues (13)

23 mars 2027 (option)
Auditorium Seynod, Annecy (74)
et la Scène nationale de Bonlieu

30 mars 2027 (option)
Théâtre de Bezons (95)

AVRIL 2027

1^{er} avril 2027 (option)
Théâtre Le Pavillon, Romainville (93)

23 avril 2027
Théâtre Coluche, Plaisir (78)

Retrouver toutes les dates sur
www.lemanege.com



SOFIANE CHALAL

« Je danse,
le seul truc
que je voulais
faire. »

Photo : Lenz.O
Photographie tirée de l'exposition MORPHO

Né à Maubeuge en 1986 dans une fratrie de frères danseurs, Sofiane Chalal s'inscrit dans leurs pas dès l'âge de 7 ans. Il suit leurs cours, leurs parcours, et la danse devient rapidement une passion. Avec d'autres danseurs, les frères Chalal fondent Label Metis, présentent des spectacles et participent régulièrement à des concours chorégraphiques dans le Nord.

À 10 ans, Sofiane Chalal est déjà un familier de la scène, à douze, il se produit en première partie de Franck II Louise à La Villette. Le spectacle *Drop it* est pour lui, comme pour beaucoup de sa génération, une révélation. Il lui ouvre le champ de la création contemporaine, qu'il fréquente désormais en tant que spectateur. En tant que danseur, il reste d'abord fidèle à la galaxie hip-hop et devient une figure du Secteur 7, Centre Chorégraphique et Développement des Cultures Urbaines installé à Maubeuge, qui rayonne dans toute la région.

Dès l'âge de 17 ans, il donne des cours, se distingue régulièrement dans des battles (finaliste Juste Debout 2008, vainqueur Red Bull Dance Your Style 2018), participe à des concours chorégraphiques (Paris Dance Delight 2010, World Of Dance Los Angeles 2015) et suit les cours des plus grands artistes du milieu (Mr Wiggles, Pop'N'Taco, Bruce Ykanji...).

À partir de 2015, il s'ouvre à la création contemporaine en tant que danseur et devient interprète pour des chorégraphes contemporains. Il danse ainsi pour Farid Berki (*Stravinski remix*, 2015), Christophe Piret (*Barbaresques*, 2016) et Brahim Bouchelaghem (*CRIII*, 2018). Il chorégraphie sa première pièce en duo avec Aziz El Yousoufi (*Sofaz*, 2017). Très actif sur les réseaux sociaux, il crée et diffuse de véritables courts métrages chorégraphiques qui attirent un large public. La comédienne et réalisatrice Michèle Laroque remarque son travail et lui propose de chorégrapier et finalement de jouer dans son film *Alors on danse*, avec Patrick Timsit, Thierry Lhermitte et Isabelle Nanty. En 2018, il fonde sa compagnie Chaabane. *Ma part d'ombre* est sa première création solo.

Sofiane Chalal a également été danseur et comédien dans la création/spectacle *Le Journal de Paris* d'Edouard Baer. Il a été invité à l'émission de télévision *Le Grand Échiquier* par Claire Chazal pour une performance de danse en hommage à Raymond Devos. En tant que comédien, il a joué dans le court-métrage *BIGGER* réalisé par Élise Gaiardo, qui lui a valu le prix du Best Actor au Festival International « GOSH » à Paris.

Il a aussi été danseur et performer dans le show du célèbre musicien Ibrahim Maalouf à l'Accor Arena. Sa carrière l'a mené de Maubeuge à Miami, en passant par New York, Tokyo, Sousse et Rome, où il enseigne et se produit pour des performances inédites.

MISSY NRC

DANSEUSE

Sarah Jean-Gilles, connue sous le nom de Missy, a commencé son parcours dans le milieu de la danse Hip-Hop en explorant le popping dès ses débuts. Très vite, elle utilise cette technique pour enrichir son style Hip-Hop, développant une identité artistique unique, où la technique se mêle à la musicalité, le freestyle au flow.

Dès ses premières années de pratique, elle se distingue dans des battles internationaux et devient une figure reconnue de la scène Hip-Hop. En parallèle, son style captivant et sa présence scénique la conduisent à collaborer avec la compagnie de Frédéric Nauczyciel, marquant de son empreinte les plus grandes scènes théâtrales.

Sa pédagogie et son sens de la transmission la poussent à enseigner. Professeure attitrée à l'école de danse MRG, elle transmet sa passion et son savoir avec générosité. Elle parcourt également le monde pour animer des workshops, renforçant ainsi son influence dans le milieu de la danse.

En 2024, Missy est choisie comme assistante chorégraphe pour la cérémonie d'ouverture des Jeux Olympiques de Paris, contribuant à la performance d'Aya Nakamura. Son expertise l'amène à collaborer avec de nombreux artistes renommés tels que Maître Gims, Yamé, Vianney et Black M.

Artiste incontournable de la scène Hip-Hop, Missy porte un regard unique sur la danse. À travers ses chorégraphies, elle favorise l'expression de la personnalité et l'énergie du lâcher-prise, tout en mettant en lumière l'importance d'être soi-même. Sa carrière témoigne d'un engagement passionné pour l'art chorégraphique, où technique et émotion s'entrelacent pour créer une danse libre et inspirante.

Photo : Lemz.O
Photographie tirée de l'exposition MORPHO





MAËLA TROLLE

DANSEUSE

Son histoire avec la danse a débuté très tôt, à peine âgée de 6 ans, lorsqu'elle commence par le classique. Puis, à l'âge de 9 ans, elle découvre le Hip-Hop, une véritable révélation. C'est comme si un univers entier s'ouvrait devant elle, un monde plus libre, plus énergique, où le corps pouvait s'exprimer sans contraintes. Les mouvements, puissants, créatifs et pleins d'émotions, la séduisent immédiatement. Elle tombe amoureuse de cette danse et ne s'arrête plus jamais.

Quelques années plus tard, elle a la chance d'intégrer le Seven Crew, un groupe de danse dirigé par Steeve Watterlot, aussi connu sous le nom de « Urkel ». Avec le Seven Crew, elle participe à plusieurs concours chorégraphiques. Ces compétitions la forment, lui apprennent à gérer la pression et à trouver sa propre voix dans la danse.

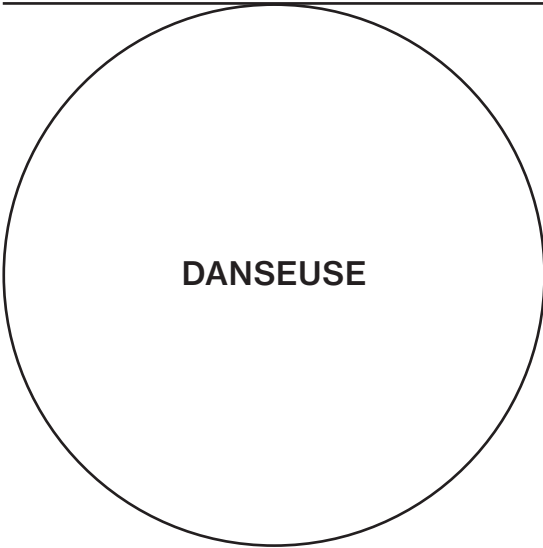
En parallèle, elle élargit ses horizons en se formant dans d'autres styles, notamment en Danse Africaine Traditionnelle et en Street Afro. Ces influences nourrissent son style, y ajoutent de nouvelles textures, de nouveaux rythmes et des connexions inédites avec son corps. Ces danses lui permettent également de se connecter à la musique d'une manière encore plus instinctive. Elle se lance également dans le Hip-Hop Freestyle, qui lui offre une liberté totale dans sa danse et l'aide à affirmer sa propre identité.

En découvrant le Hip-Hop Freestyle, elle entre aussi dans le monde des Battles et des compétitions, en solo ou en duo. En novembre 2024, elle remporte son premier Battle. Aujourd'hui, son univers artistique s'oriente autour du Popping, avec un Groove Hip-Hop et un corps qualifié de « hors norme ». Elle aspire à continuer à développer son expérience, à s'investir dans la création et à partager son style, son identité et sa corporalité.

Photo : Lemz.O
Photographie tirée de l'exposition MORPHO



SAMANTHA CHAHER



DANSEUSE

Nourrie par un héritage musical riche et des racines martiniquaises et algériennes, son expression artistique est profondément marquée par la diversité culturelle. Sa passion pour la danse naît en 2011, lorsqu'elle commence sa formation aux côtés de Karim Dehdouh, figure emblématique du breakdance et fondateur du Massilia Force Crew. Dès ses débuts, elle explore une variété de styles : le locking, le break et le popping, avant de se tourner vers le hip-hop avec Jarod Wolf et le dancehall sous la direction de Sholee.

À partir de 2018, elle se spécialise dans le popping, un style qu'elle approfondit aux côtés de Richard Pop, une référence incontournable dans le sud de la France. Sa carrière se développe également au sein du collectif Twerkistan, avec lequel elle se produit sur des scènes prestigieuses, comme le Montreux Jazz Festival ou le Nancy Jazz Pulsations, tout en parcourant de nombreux festivals et événements à travers le pays.

Depuis peu, elle élargit encore son univers chorégraphique en explorant le waacking. Elle participe à des workshops animés par des figures reconnues, telles que Princess Lockerooo, Paul de Saint Paul et Severine Guyot, et suit des cours réguliers avec Boubou et Tine pour enrichir et diversifier sa pratique.

Parallèlement à sa carrière de danseuse, elle s'investit en tant que speakeuse dans des battles, où elle partage sa connaissance des cultures urbaines tout en vivant intensément l'énergie des compétitions.

À travers ses performances, elle cherche avant tout à transmettre des émotions, à célébrer ses multiples influences culturelles et à repousser les limites de son art. Pour elle, la danse est un langage universel, une manière d'exprimer des histoires et des sentiments, mais aussi de toucher et d'inspirer d'autres passionnés.

YOUNESS ANZANE

Youness Anzane est né en 1971 à Casablanca. Il est dramaturge et conseiller artistique pour le théâtre, l'opéra et la danse. Il est par ailleurs réalisateur, metteur en scène et conçoit des installations mêlant performance et arts visuels.

Il travaille avec les metteurs en scène Jean Jourdheuil, Thomas Ferrand, Victor Gauthier-Martin, David Gauchard, Yves-Noël Genod, Stéphane Ghislain Roussel, Sophie Langevin, Mehdi-Georges Lahlou, Laurie Bellanca, Gurshad Shaheman, Anne-Elodie Sorlin, Clara Chabrier, Valentine Carette, Daniela Labbé Cabrera.

Il collabore avec les chorégraphes Christophe Haleb, Jonah Bokaer, Tabea Martin, Lionel Hoche, Julia Cima, Maud Le Pladec, Thierry Micouin, Marta Izquierdo, Malika Djardi, David Wampach, Meryem Jazouli, Arkadi Zaidés, Olivier Muller, Eric Minh Cuong Castaing, Aude Lachaise, Aurélie Gandit, Benjamin Kahn, Sébastien Ly.

Les spectacles sont présentés à Paris - Festival d'Automne, Théâtre de la Bastille, Théâtre de la Ville, Théâtre National de la Colline, Bouffes du Nord, Nouveau Théâtre de Montreuil, Studio-Théâtre de Vitry, Centre Pompidou, Monfort Théâtre, Théâtre de la Tempête, Rencontres Chorégraphiques Internationales de Seine-Saint-Denis, Centre National de la Danse, Biennale de Danse du Val de Marne, dans le cadre de New Settings au Théâtre de la Cité Internationale ou à la MC93 de Bobigny - ainsi qu'en région : Festival Actoral à Marseille, Théâtre National de Strasbourg, Théâtre National Populaire de Villeurbanne, Théâtre National de Bretagne, Le Manège Scène Nationale de Reims, Festival Montpellier Danse, les Subsistances à Lyon, Cendres Dramatique National de Rouen - Normandie, La Filature Scène Nationale de Mulhouse, Festival Uzès Danse, Festival d'Avignon, Festival de Marseille, Kunstenfestivaldesarts, Festival TransAmériques, et dans divers Centres Dramatiques et Chorégraphiques Nationaux français. Il a également travaillé pour des productions à New York, Houston, Genève, Lausanne, Bâle, Luxembourg, Bruxelles, Anvers, Charleroi, Lisbonne, Casablanca, Marrakech, Berlin, Dresde, Vienne.

Il est dramaturge associé au Festival d'Aix-en-Provence pour son édition de 2012, puis membre de l'équipe de rédaction des programmes de l'édition 2014. Pour l'Opéra de Lyon, il participe à la création du monodrame lyrique *Zylan ne chantera plus*, musique de Diana Soh, livret de Yann Verburgh, mise en scène de Richard Brunel. Il est l'auteur de livrets d'opéras : *Wonderful Deluxe*, musique du compositeur français Brice Pauset (production du Grand Théâtre de Luxembourg), ainsi que *Crumbling Land*, opéra composé par le collectif Puce Moment (production de l'Opéra de Lille).

En 2017, au Luxembourg, il conçoit et met en scène *La Voce è mobile*, pièce de théâtre musical créé au Kinneksbond de Mamer, et *Così fan tutte* de Mozart, dans le cadre de l'Académie Lyrique de l'Abbaye de Neimenter.

Il participe à l'écriture de la pièce *La mort est une maladie dont nos enfants guérirons*, commande du Quai des savoirs à Toulouse et de la cie microsystème / Théâtre Sorano.

Photo : Julien Pebrel



ADRIEN HOSDEZ

CRÉATEUR LUMIÈRES
ET RÉGISSEUR GÉNÉRAL

Adrien Hosdez débute son parcours en 2005, en étudiant l'éclairage et la scénographie au STAFF et à l'école de design de Nantes. Passionné par l'univers des arts vivants, il intègre rapidement la célèbre compagnie « *Machines de l'Île* » de François Delarozière à Nantes, où il participe à des projets d'envergure, mêlant innovation technique et imaginaire spectaculaire. Sa curiosité pour la danse contemporaine et la performance l'amène à collaborer avec des figures majeures de ce domaine. En 2009, il rejoint la compagnie de Carolyn Carlson à Roubaix, un tournant marquant dans son parcours. Quelques années plus tard, en 2012, il entame une collaboration durable avec Olivier Dubois, devenant un acteur clé de nombreuses tournées et créations. Ce compagnonnage, qui perdure jusqu'à aujourd'hui, lui permet d'affiner son approche de la lumière et de la scénographie en dialogue étroit avec la danse.

Au fil des années, Adrien développe une expertise reconnue dans l'accompagnement des compagnies émergentes de la création contemporaine. Il met son talent au service de projets novateurs, qu'il s'agisse de scénographies immersives ou de conceptions lumineuses qui renforcent la dramaturgie des œuvres. Parmi ces collaborations, sa rencontre avec Mel Favre et Julie Botet, fondatrices du duo *Les Sapharides*, marque une étape importante. Ensemble, ils créent les lumières de la pièce *PUCIE*, avant de travailler sur leur dernière création, *Jumelles*, où Adrien apporte une dimension visuelle et sonore unique.

Son rôle ne se limite pas à la technique. En tant que régisseur général, Adrien Hosdez assure la coordination et la cohésion des différents aspects techniques des productions, veillant à ce que chaque élément s'intègre harmonieusement pour servir la vision artistique. Son approche, à la fois rigoureuse et créative, lui permet de naviguer avec aisance entre les mondes de la danse contemporaine, du théâtre et de la performance visuelle.

Adrien Hosdez est aujourd'hui reconnu pour sa capacité à mêler précision technique et sensibilité artistique. Sa vision globale des projets, où la lumière, le son et l'espace scénique dialoguent étroitement, en fait un collaborateur précieux dans le paysage des arts contemporains. À travers son travail, il cherche à créer des univers immersifs, où le spectateur est invité à vivre une expérience sensorielle et émotionnelle unique.

MATHIEU CALMELET

CRÉATEUR SONORE

Né en 1986, Mathieu Calmelet se forme à la danse contemporaine au Centre National de Danse Contemporaine d'Angers, où il obtient son diplôme en 2005. En tant qu'interprète, il collabore avec des chorégraphes de renom, tels que Nasser Martin-Gousset, Joëlle Bouvier, Olivier Dubois, Didier Théron, Youness Aboulakoul, Béatrice Massin et Bérénice Legrand. Parallèlement à sa formation de danseur, il explore le domaine musical, suivant un cursus complet en théorie musicale et en pratique instrumentale, notamment le violoncelle et la basse électrique. Cette double compétence artistique l'amène à développer des créations musicales originales. Il se distingue notamment avec le groupe Angle Mort & Clignotant, sélectionné pour les Inouïs du Printemps de Bourges en 2018 et résidents du Chantier des Francos en 2020.

En solo, il compose pour de nombreux projets scéniques, créant les bandes originales des spectacles chorégraphiques *T'es qui toi ?* et *Entre* de Claire Jenny, *Ma part d'ombre* de Sofiane Chalal, ainsi qu'*Aequilibrium* de Camille Dewaele.

Mathieu Calmelet est également chorégraphe. Il co-signe, avec le Madrigal de Paris, la chorégraphie de *Stabat Mater*, puis celle de *Dance is a Dirty Job but somebody's got to do it* de Scali Delpeyrat, récompensée par le Prix du Public au concours Danse Élargie en 2010.

Depuis 2018, il codirige avec Ludivine le collectif LAC Project, un espace de création où se mêlent arts visuels, musique et chorégraphie. Le collectif a produit des œuvres marquantes, telles que *S'élever c'est d'abord être à terre* (2018) et *Les souffles* (2023).

Mathieu Calmelet intervient également régulièrement en tant que pédagogue, participant aux Entraînements Réguliers du Danseur (ERD) et à divers projets pédagogiques sur le territoire des Hauts-de-France. Son engagement artistique se nourrit de cette transmission et de l'interdisciplinarité, créant des œuvres à la croisée des langages artistiques.

ATELIER autour du spectacle

La notion de l'image

Le corps est devenu un enjeu sociétal avec notamment le développement des réseaux sociaux. La situation ne cesse d'évoluer à commencer par les jeunes.

L'idée de cet atelier est de travailler sur la vision de soi, des autres, l'acceptation des différences des uns et des autres. L'atelier sur « la notion de l'image » a pour objectifs de :

- (Re)prendre confiance en soi
- Trouver sa place dans un groupe
- Apprendre à s'exprimer par le moyen de son choix (la parole, le silence, le mouvement...)
- Prendre conscience de l'importance de pratiquer une activité physique peu importe sa morphologie
- S'épanouir

Afin de mener à bien le projet et de rester en adéquation avec les objectifs définis, vous trouverez ci-après les différentes propositions d'étapes de travail :

- Rencontre et échanges avec les participants
- Présentation de l'Artiste et de l'atelier
- Atelier pratique artistique
- Echanges / dialogues avec et entre les participants

En effet, lorsque l'intervenant travaille avec un public de danseurs ou non, il utilise différents outils qui aident les participants à se mettre à l'aise, et qui lui permettent d'obtenir de la matière chorégraphique. Dans un premier temps, l'échange est une des premières étapes, indispensable à la réussite de n'importe quel projet avec des individus. En effet, la communication permet de créer un climat de confiance et d'adapter les interventions en fonction du public si besoin est. Ensuite, l'intervenant commence l'atelier grâce à quelques outils présentés ci-après.

Mené par l'équipe
de *XXL* selon
les disponibilités

RACONTER L'HUMAIN PAR LA DANSE

Chorégrapheur des gestes du quotidien

L'idée est de reprendre des gestes du quotidien et d'en faire une chorégraphie, comme un simple « Bonjour » (geste de main), qui devient un pas chorégraphique. Cet exercice permet de développer une multitude de gestuelles artistiques.

Etat de corps

Dans cet exercice, les jeunes travaillent sur les différentes énergies du corps, sur le corps en tension ou à l'inverse, complètement relâché, mais aussi sur le corps en explosivité ou en immobilité. Cela permet d'amener des émotions et des interprétations différentes du mouvement.

La musicalité

Ce travail s'exécute sur différents sons, doux, mécaniques, dynamiques mais également sur la voix. L'idée étant de capter l'énergie du son, de l'absorber et l'exprimer à travers des mouvements.

Ces trois types d'exercices peuvent s'adapter à tout type de public à partir de 13 ans. Ils sont également de très bons outils pour la confiance en soi, l'expression corporelle et la coordination. Ils permettent à des personnes qui n'ont aucune connaissance de la danse, de pouvoir s'exprimer grâce à leur corps peu importe leur morphologie



« Mon physique
est la pièce maîtresse
de mon parcours »



Photo : Simon Gosselin

MA PART D'OMBRE

Spectacle en tournée
saison 25/26

Conditions de tournée

Plateau

ouverture minimale 8 mètres
+ 6 mètres de hauteur

4 personnes en tournée

Sofiane, 2 régisseurs, 1 production

Durée

50 min

Jauge idéale

350-400 spectateurs

à partir de

9 ans

En quelques chiffres

- 142 représentations depuis septembre 2022 dont 26 représentations en Europe
- Fréquentation : plus de 40 000 spectateurs

Médias



5.3K



20K



518K

Contact diffusion

Benjamin Coffin

Directeur adjoint
benjamincoffin@lemanege.com
+33 (0)6 72 39 32 45

Créé en septembre 2022 au Manège Maubeuge
Scène nationale transfrontalière

Sur scène, un corps hors norme défie les codes de la danse et les lois de la physique. Danseur et chorégraphe, Sofiane Chalal l'assume sans ambages : « *On me rencontre deux fois, comme si mon corps prenait toute la place, même la mienne.* » Cette dualité presque schizophrène entre sa vie sur scène et sa vie à la ville est le sujet de Ma part d'ombre, son premier spectacle en tant que chorégraphe et son premier solo.

Retrouver toutes les dates de la tournée 25/26
sur www.lemanege.com



<https://vimeo.com/761768791>

Les partenaires

Théâtre L'Echangeur, Centre de développement chorégraphique national - Château-Thierry

La Rampe Scène conventionnée
danse et musiques – Echirolles

Les Halles de Schaerbeek Bruxelles (BE)

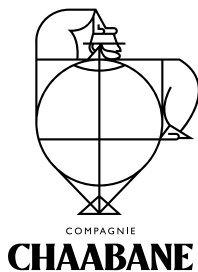
Le Phénix Scène nationale – Valenciennes

Mars Mons arts de la scène (BE)

Secteur 7 CCDC Urbaines – Maubeuge

Le Bateau Feu Scène nationale – Dunkerque

Avec l'aide de DRAC Hauts-de-France et de la Ville de Maubeuge / Avec le soutien de Centre Chorégraphique National Roubaix Hauts-de-France - Sylvain Groud dans le cadre des résidences d'artistes Gare numérique - Jeumont, 232U - Aulnoye-Aymeries, FLOW - Centre Eurorégional des cultures urbaines



PRODUCTION



Benjamin Coffin

benjamincoffin@lemanege.com
+33 (0)6 72 39 32 45

DIFFUSION



Anne-Laure Fleischel

al.fleischel@gmail.com
+33 (0)6 64 62 60 96

DIFFUSION INTERNATIONALE



Julia Bouhjar

move@rosieprod.com
+33 (0)6 28 79 54 05