

be travel
emotion



présentent

LA GAZELLE MANDIAK

STAGE

DANSE AFRICAINE • YOGA

PERCUSSIONS

EN **ITALIE** GOLFE DE **GENES**

21 juillet • 26 juillet 2024

SERGETSAKAP danse africaine

SYLVIE GOMIS yoga et afro contemporaine

DRISSAKINI doum cora

ABDOUL BAMBARA djembe balafon

7^{ÈME}
ÉDITION



LE STAGE

Organisé par Sylvie et Alphonse Gomis

Durant 5 jours la gazelle mandiak vous propose un voyage avec la danse la musique, le yoga dans un lieu magique

SYLVIE GOMIS

Professeur de Yoga formée par Maud Dreyer (formation 200H agréé « Yoga Alliance ») et participe à d'autres formations spécifiques. Formée en danse traditionnelle en Afrique de l'ouest et auprès de chorégraphes internationaux : Serge Tsakap, Merlin Nyakam, Mohamed Kouyate...

De formation pluridisciplinaire en danse classique, contemporaine diplômée d'état en danse jazz elle se passionne pour la pédagogie.

Chorégraphe de la Gazelle Mandiak elle crée des spectacles et développe des projets culturels associant danse, musique, théâtre et voyage.



SERGE TSAKAP

Initié dès l'âge de 4 ans aux danses traditionnelles, Serge Tsakap intègre le Ballet National du Cameroun.

Danseur dans la Cie Montalvo actuellement en tournée mondiale pour « Gloria », également interprète dans la Cie La Calebasse de Merlin Nyakam.

Directeur de la Cie Tiewart est aussi assistant chorégraphe de la Cie « La diva aux pieds nus » de Nicolas Huchard (chorégraphe de Madonna)
Professeur de danse à Paris.



ABDOUL BAMBARA

Né dans une grande famille d'artiste au Burkina Faso, il apprend des 4 ans le djembé, le doumdoum, le balafon et la cora.

Abdoul joue sur scène avec diverses troupes comme « Farafina », « Kanké foli »... C'est un djembéfola réputé pour sa rapidité, créativité et virtuosité. Abdoul fabrique des djembés. Il enseigne également les percussions en France et en Suisse



DRISSAKINI

Issu d'une famille de griots au Burkina Faso, artiste musicien multi-instrumentistes: djembé, kora, balafon, tama. Artiste dans de nombreuses troupes il participe a des tournées internationales.

Compositeur et arrangeur il crée pour la danse africaine et contemporaine et signe son premier album Tounga
Drissa est aussi professeur de musique traditionnelle.



EXCURSIONS

S'étendant en arc de cercle le long du Golfe de Gênes, entre France et Toscane, la Ligurie est une des plus belles régions d'Italie.

Parmi les joyaux ligures, à proximité du stage, figurent : St Margherita, Camogli, Portofino, Rapallo, Gênes... (15 mn de train ou de voiture), les Cinque Terre, patrimoine mondial de l'UNESCO (1h30 de train ou de voiture).

Des paysages inoubliables de villages colorés accrochés à flanc de montagne, juste au-dessus des flots .

A deux pas du stage, des musées et parcs nous ouvrent leurs portes .

Durant le stage nous organisons une JOURNÉE d'excursion en bateau privé pour découvrir cette magnifique région.



HÉBERGEMENT

Nervi nous accueille pour le stage dans le Golfe de Gênes.

Son charme lui vient de son petit port de pêche aux maisons colorées, d'une longue côte rocheuse sur laquelle a été construite la promenade Garibaldi et de ses palais et villas, sièges de musées prestigieux dans le plus grand parc urbain méditerranéen orné de roseraies, de palmiers...

RESIDENZE EMILIANI

La résidence universitaire Emiliani nous propose une salle de danse, une salle de musique, ses chambres simples et confortables, une terrasse de 300 m², le tout surplombant la méditerranée. Baignade à proximité. Calme, mais au coeur de Nervi vous trouverez à 50m : bars, restos, boutiques, parc, musées, etc.

Accueil en chambres de 3 ou 4 avec salle de bains et wc (quelques chambres simples et double attribuées par ordre d'inscription).

residenza



LA PENSION comprend 5 NUITÉES et 5 PETITS DÉJEUNERS à la résidence.

L'hébergement est dans le même bâtiment que la salle de danse.

Nervi propose également des locations, hôtels ou campings.

Le tarif n'inclue pas les repas du midi et du soir.

A chacun de gérer ses **DEJEUNERS** (pic nic, repas pouvant être pris à la résidence ...)

Pour les **DINERS** nous proposons des soirées festives et des diners au restaurant pour profiter d'endroits remarquables .





TARIFS

Tarifs comprenant :

- ▶ Les cours de Danse africaine accompagnés de 3 musiciens
- ▶ Les cours de Yoga
- ▶ 5 Nuits et 5 Petits déjeuners
- ▶ 1 cours d'afro contemporain lors d'une soirée

697 €

Cours particuliers de Djembé, balafon ou cora : 50 € de l'heure pour une ou deux personnes (à la demande)
Possibilité de prendre les repas de midi a la résidence pour 12 € (la veille sur réservation)
Nervi propose de nombreux restaurants, pizzerias, glaciers a deux pas de la résidence .

CONTENU DU STAGE

- 1H20 par jour de YOGA sur la terrasse surplombant la méditerranée
- 2H00 par jour de DANSE AFRICAINE avec 3 MUSICIENS dans une salle de danse ouverte sur la mer
- 1 soirée de cours de danse afro contemporaine
- A la demande des cours particuliers ou en duo de Djembe, de Balafon ou de Cora

PLANNING

Accueil le dimanche 21 juillet avant 18h00

Programme du lundi au vendredi

(journée type pouvant être modifiée) :

8h00 à 9h00 yoga avec Sylvie

9h00 à 10h00 petit déjeuner

10h15 à 12h15 danse africaine avec Serge et les 3 musiciens

12H20 à 12 H40 yin yoga avec Sylvie

13H00 déjeuner a la résidence (a la demande)

Les après midi sont libres pour découvrir des lieu d'exceptions a proximité

Mardi soir 17H30 cours de danse afro contemporaine avec Sylvie et les 3 musiciens

Mercredi après midi Excursions sur un bateau (à la demande)

Vendredi 26 14H00 fin du stage

RÉSERVATIONS

Le nombre de places étant limité merci de réserver votre stage en revoyant la fiche d'inscription ci jointe avec.

Un acompte de 225 € par cheque ou virement (RIB sur demande) a l'ordre de BSE TRAVEL EMOTION

CONTACT

Sylvie Gomis
e-mail : lgazman@orange.fr
06 95 67 87 63



VOYAGE

✈ Arrivée à l'aéroport de Gènes (15km du lieu).

🚆 Arrivée à la gare de Nervi (2km du lieu).

🚌 4h30 d'Annecy

Nom commercial : BSE TRAVEL EMOTION - EURL ALPHONSE GOMIS
95, chemin de la Maison Forestière, 74230 Dingy Saint Clair
S.A.R.L au capital de 5000 € - Licence de voyage n° IM074120011
Code NAF : 4778C - n° SIRET : 529368565 00014 - n° TVA intracommunautaire : FR76529368565
Tél : 09.53.82.87.05 - Fax : 04.50.02.28.09 - e-mail : alphonse.gomis@bse-travel-emotion.fr



FICHE RESERVATION

NOM

PRENOM

ADRESSE

.

.

TEL

MAIL

EXPERIENCE

en danse :

en yoga :

Merci de renvoyer cette fiche d'inscription avec un cheque d'acompte de 225 euros a l'ordre de BSE TRAVEL EMOTION a cette adresse

Alphonse Gomis

BSE

95 chemin de la maison forestière

74230 Dingy saint Clair