

## HÈSTA GASCONA LUCHON 14-18 août 2024

**STAGES : inscription obligatoire.**

A renvoyer à [hesta.gascona.inscriptions@gmail.com](mailto:hesta.gascona.inscriptions@gmail.com) Contact : Maïté 06 34 95 71 22

**Participation libre : votre contribution sera la bienvenue !**

- Voyage sonore poétique** jeudi 15/08 11h-12h avec Médéric et Ardémia. **30 pers.** Dancing Casino.
- Danse** jeudi 15/08 **20 pers/stage.**
- 14h-17h **Initiation aux danses de base de bal** (polka, scottish, cercles...) avec Guylaine Darmani. MJC.
  - 14h-17h **Approfondissement des danses de base de bal** (scottish, rondeaux, congos...) Avec Françoise Noble. MJC.
  - 14h-16h Enfant 7 ans minimum** avec Céline Bouillaud. MJC.
  - 14h-17h **Branles d'Ossau en couple et en chaîne** avec M-Claire Carré-Viala. Dancing Casino.  
*Prérequis : connaître les danses de base du bal trad (valse, polka, scottish...)*
- Danse** vendredi 16/08 **20 pers/stage.**
- 14h-17h **Bourrées et traversées d'Ariège** avec Maryvonne Pons. MJC.  
*Prérequis : pratique de quelques bourrées d'Ariège et du pas le plus usité (le pas sauté)*
  - 14h-17h **Valses impaires à 5, 8 et 11 temps** avec M-Claire Carré-Viala. MJC.  
*Prérequis : savoir danser la valse à 3 temps*
- Chant** samedi 17/08 13h30-15h30 avec Wilfried Abo : **chants du Comminges et Couserans. 30 pers.** MJC.
- je découvre la polyphonie occitane
  - je pratique le chant
- Instruments** dimanche 18/08 9h30-12h et 14h-17h. **8 pers/stage.** MJC.
- Accordéon diatonique** avec Yann Espouy. Niveau  intermédiaire  confirmé
  - Flûte trois trous/Tambourin** avec Joanis Mathieu.  intermédiaire  confirmé
  - Cornemuse** avec Joanis Mathieu.  intermédiaire  confirmé
- Yuan Gong qigong** dim. 18/08 14h-16h avec Domenja Lekuona. **6 à 20 pers.** Tous niveaux.  
Séance en immersion, en occitan gascon. MJC.

Nom du stagiaire \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_  
Age \_\_\_\_\_ Tél \_\_\_\_\_ CP et ville \_\_\_\_\_  
Courriel (en lettres majuscules) \_\_\_\_\_  
J'accepte que la Pastorala prenne des photos ou filme lors du stage  Oui  Non  
Date et Signature :

**Si enfant mineur : autorisation parentale.** Je soussigné.e (nom responsable légal) \_\_\_\_\_  
Prénom \_\_\_\_\_ Tél \_\_\_\_\_  père  mère  tuteur légal  
autorise l'enfant (nom/prénom) \_\_\_\_\_ à participer au stage de \_\_\_\_\_  
organisé par la Pastorala lors de la Hesta Gascona le (date) \_\_\_\_\_ 2024 à Bagnères de Luchon.  
**Je reste joignable pendant la durée du stage.**  
J'accepte que la Pastorala prenne des photos ou filme lors du stage  Oui  Non  
Date et Signature :