



B&M STUDIO

FORMATION E.A.T POUR DANSEUR



Présentation

Cursus Préparation EAT Danse Classique & Contemporaine

Ce cursus a été conçu pour accompagner les danseurs qui souhaitent se préparer aux Examens d'Aptitude Technique (EAT) en danse classique et contemporaine dans un environnement exigeant mais bienveillant. Chaque élève est guidé de manière personnalisée, afin de progresser techniquement, d'affirmer son expressivité et de développer la confiance nécessaire pour réussir ses auditions et examens. Avec un groupe restreint, le cursus permet un suivi attentif, des corrections individualisées et un véritable travail en profondeur, pour que chaque danseur puisse exploiter pleinement son potentiel et se présenter sur scène avec assurance et authenticité.



Ce cursus est destiné aux danseurs souhaitant se préparer aux admissibilités et examens finaux des Examens d'Aptitude Technique (EAT) en danse classique et contemporaine.

Il a pour objectif de développer l'ensemble des compétences nécessaires pour réussir un concours exigeant, en offrant un accompagnement technique, artistique et mental, entièrement adapté à chaque élève.

Les participants travailleront à :

- Consolider leur technique classique et contemporaine
- Préparer les variations et enchaînements d'examen, en intégrant la mise en situation réelle, l'interprétation et la présence scénique, avec suivi vidéo et corrections personnalisées.
- Développer confiance, concentration et gestion du stress, grâce à des techniques de respiration, de préparation mentale et de stratégies pour performer avec assurance.
- Accompagner chaque élève individuellement, avec des retours personnalisés, des conseils pour le travail personnel à domicile et un suivi régulier garantissant des progrès tangibles à la fin du cursus.

Ce programme propose ainsi un environnement exigeant mais bienveillant, permettant aux danseurs de se préparer efficacement aux EAT tout en consolidant leur technique, leur expressivité et leur autonomie artistique.



La Formation



Organisation et Format

- Durée : 2 sessions de 2 mois chacune
 - Session 1 : octobre – novembre → préparation admissibilités
 - Session 2 : mars – avril → préparation examen final
- Horaires : 3h × 3 fois par semaine (9h / semaine)
- Groupe : limité à 6 élèves sélectionnés sur dossier et vidéo
- Modalités : cours collectif, suivi individuel et coaching mental selon la formule choisie





Méthodologie et contenu

- Technique classique et contemporaine : barre, milieu, variations, enchaînements, musicalité, fluidité.
- Coaching mental et gestion du stress : préparation à l'audition et à la scène, concentration, confiance, autonomie.
- Accompagnement individualisé : corrections personnalisées, suivi vidéo, conseils pour le travail personnel et progression mesurable.

Equipe Pedagogique



Manon Bastardie
Directrice

Clémence Bonnemaïson
Professeur Classique

Marion Hardy
Professeur contemporain

Ilona Dumas
Artsiste chorégraphique contemporain



Formules proposées

Formule	Tarif / session	Contenu
Essentielle	1 650€	Cours collectif, technique classique et contemporaine, travail des variations et enchaînements
Complète	2 000€	Tout contenu Essentielle + coaching mental collectif + 1 suivi individuel + retour vidéo
Premium	2 400€	Tout contenu Complète + 3 séances individuelles supplémentaires + simulation

Possibilité de suivi ponctuel, de perfectionnement : devis sur demande



Le B&M Studio

Le B&M Studio est installée au 4 Boulevard Jacques Duclos 40220 TARNOS
Votre espace dédié à la danse à Tarnos

Situé à Tarnos, le B&M Studio est un centre de danse pensé pour offrir confort, qualité et inspiration à tous les passionnés de mouvement.

Notre studio de plus de 100 m² dispose d'un plancher professionnel et de tapis de danse, idéal pour tous les styles.

Le B&M Studio est facilement accessible en transport et situé au :
4 ter boulevard Jacques Duclos, 40220 Tarnos



Admissions et engagements

Pour garantir un travail de qualité et une progression optimale, ce cursus est limité à 6 élèves maximum, sélectionnés sur dossier vidéo. Chaque candidature est évaluée selon :

- Technique classique et contemporaine : niveau de maîtrise, justesse et posture
- Musicalité et expression artistique : capacité à interpréter et à s'adapter aux variations
- Motivation et sérieux : engagement au travail individuel et collectif

La sélection assure que le groupe reste homogène et dynamique, permettant à chaque danseur de bénéficier d'un suivi attentif et individualisé.

L'inscription se fait pour les deux sessions annuelles, garantissant ainsi la continuité du travail sur l'année et une progression cohérente. Les familles et élèves sont informés des modalités dès la sélection, avec un minimum de 4 élèves requis pour que le cursus ait lieu. Cette organisation permet de sécuriser le groupe tout en préservant la qualité et l'efficacité du suivi pédagogique.



B&M STUDIO

Pourquoi ce cursus

Ce cursus offre un environnement professionnel et exigeant, mais toujours bienveillant, où chaque danseur peut se développer pleinement.

Groupe restreint et intensif : un nombre limité de participants assure un suivi personnalisé et un réel travail de qualité.

- **Approche technique et mentale complète** : l'équilibre entre cours technique, préparation aux examens et coaching mental permet aux élèves de progresser dans toutes les dimensions nécessaires pour réussir les EAT.
- **Encadrement par une professionnelle diplômée d'État** et chorégraphe expérimentée : un accompagnement expert, basé sur l'expérience professionnelle et la connaissance des exigences des concours et auditions.
- **Préparation efficace et réaliste** : chaque session est pensée pour amener les élèves à atteindre leurs objectifs dans les conditions d'un concours, avec un suivi individuel et collectif, et des outils concrets pour se préparer au mieux.

Ce cursus permet aux danseurs de s'affirmer, de consolider leur technique et de développer leur autonomie, tout en bénéficiant d'un cadre sécurisant et professionnel, garantissant que chaque élève puisse progresser à son rythme et atteindre son plein potentiel.





Contact



07 83 37 94 58



administration@ballet-modern-compagnie.fr



<https://b-and-m-compagnie.fr>



4 ter boulevard Jacques Duclos 40220
Tarnos

B&M
studio

COMPAGNIE
PROFESSIONNELLE

—
ÉCOLE DE
FORMATION

—
COURS DE
DANSE LOISIR