



présente

Fragments de vie

Spectacle de danse

SAMEDI 13 JUIN 2026

21H30

ARÈNES DE SOMMIÈRES

PROGRAMME



Présentation de Culture Danse Évasion

L'association **Culture Danse Évasion** vous propose des cours de: **danse Modern' jazz, improvisations**, Enfants, Ados, Adultes, **danse Classique** Enfant Ados Adultes, **danse Contemporaine** Ados Adultes, **Hip-Hop** Enfants Ados et **Relaxation** Adultes, **Pilates, Barre à terre**.

La danse est un art; elle exprime des idées et des émotions, porteuse de sens elle permet une meilleure conscience du corps. Au-delà du simple plaisir, la danse exalte la sensibilité l'imaginaire et la créativité. La danse repose sur plusieurs éléments fondamentaux et techniques: L'espace, le temps, le poids du corps, l'énergie. L'**association Culture Danse Évasion** a été créée le 01/10/2002. Son but est de proposer des cours de danse, l'idée est de rendre la danse accessible à tous et à toutes. Elle touche aujourd'hui un public âgé de 4 à 78 ans. C'est une association Loi 1901.

DANSE À L'ÉCOLE PRIMAIRE ET SECONDAIRE

Depuis 2006, l'association avec comme professeure, **Sonia Follana** diplômée d'état, agrée Éducation Nationale, multiplie ses interventions en milieu scolaire.

La danse est un excellent support pédagogique pour mobiliser un grand nombre de capacités.

C'est avant tout une activité d'expression.

Elle sensibilise aux notions d'espace et de temps.

Elle favorise la maîtrise des gestes, et canalise son énergie.

Elle permet de prendre confiance en soi et d'oser se mettre en scène.

Favorise une synergie au sein de la classe et développe le sens civique.

Encourage l'enfant à apprendre, à s'épanouir et à s'exprimer par le mouvement et la danse.

Développe ses facultés d'attention et de concentration.

Permet à l'enfant de développer son sens artistique, sa sensibilité, son imaginaire et son aptitude à exprimer des goûts et des choix.

Permet l'épanouissement de l'autonomie et de la personnalité de l'enfant.

Transmet à travers l'enseignement le respect de soi et des autres.

L'Équipe Pédagogique:

SONIA FOLLANA:

Directrice Artistique

Professeure de Modern'Jazz Enfant dès 4 ans Ados/Adultes et Gym/Relaxation Adultes/Aînés

NELLY SAUVAGE:

Professeure de danse Classique Enfants à partir de 7 ans Ados/Adultes et Pilates et barre à terre

CYRIL MOLINA:

Professeur de danse contemporaine Ados/Adultes et de Hip-Hop Enfants à partir de 6 ans Ados

DIDIER BARBE:

Professeur de danse contemporaine cours hebdomadaires et stages mensuels Ados/Adultes

PROFESSEUR INVITÉS

Tao AIGLIN:

Professeur de danse contemporaine avec les Ados 2

SANDRA VIEL:

Professeure de Street Hall, Hip-Hop et Fitness avec les Ados 1

PREMIÈRE PARTIE (Filmée également sur la clé USB)

PRÉSENTATION DE LA SECTION DANSE CLASSIQUE

Toutes les élèves classique

Musique: Pomp and Circumstances March n°1 d'Edgard ELGAR

*** ÉVEIL: « Princesses » ***

Chorégraphie: Sonia Follana

INTERPRÈTES

Léa, Eloïse, Marie, Lily, Maélie, Lisie, Sasha, Emma, Giulia, Lumi, Lola,
Thaïs, Lou, Coline, Eléonore

Musique: Il était une fois en décembre BO Anastasia - Hélène Segarra

*** DUOS Ados 2 ***

Eléna, Anna

Musique: Me and the Devil - Soap&Skin

*** CONTEMPORAIN ADULTES ***

Chorégraphie: Cyril Molina

INTERPRÈTES

Julie, Véronique, Léna, Nouara, Cyril

Musique: This is love - Allen Stone

*** Duo Ados 2 ***

Colyne, Alixe

Musique: You stole the show - Sienna Spiro

*** HIP-HOP Enfants Ados ***

Chorégraphie: Cyril Molina

INTERPRÈTES

Zélie, Capucine, Sofia, Maya, Arman, Chloé, Lisa, Luna, Nola, Shelly

Musiques: All my life - Derlee

*** ÉVEIL: « Petites fées » ***

Chorégraphie: Sonia Follana

INTERPRÈTES

Léa, Eloïse, Marie, Lily, Maélie, Lisie, Sasha, Emma, Giulia, Lumi,
Lola, Thaïs, Lou, Coline, Eléonore

Musique: Dismantle - Peter Sandberg

*** QUATUOR Ados 2 ***

Anélia, Colyne, Maëlys, Flora

Musique: Respire fort - Jeanne

*** HIP-HOP Enfants Ados ***

INTERPRÈTES

Zélie, Capucine, Sofia, Maya, Arman, Chloé, Lisa, Luna, Nola, Shelly

Musique: Harder and Tighter - Dagobert Boty

*** CONTEMPORAIN ADULTES ***

Chorégraphie: Cyril Molina

INTERPRÈTES

Julie, Véronique, Léna, Nouara, Cyril

Musiques: Light Graffiti Part one - Scratch Bandits Crew



présente

Fragments de vie

Spectacle de danse

SAMEDI 13 JUIN 2026

21H30

ARÈNES DE SOMMIÈRES

PROGRAMME



DEUXIÈME PARTIE

FRAGMENTS DE VIE

Fragments de vie, du premier cri à l'oubli,
L'enfance légère, puis le cœur qui s'enflamme,
Les chutes, les élans, les rêves qui réclament,
Et le temps qui s'efface en silence, dans l'âme.

Cette vie qui file, insaisissable et brève,
Glisse entre nos mains comme un éclat de rêve.
On court après l'instant sans jamais le saisir,
Le cœur bat trop fort pour apprendre à ralentir.

Fragment de vie, suspendu dans le geste,
Un souffle devient danse, fragile et céleste.
Les corps murmurent ce que les mots taisaient,
Éclats d'instant que le temps n'ose briser

Chaque pas esquisse une danse infinie.
Pour qu'enfin le présent ne soit jamais fini

*** VERTIGE DU TEMPS ***

Chorégraphie: Sonia Follana

« A force de courir, on oublie pourquoi on est parti »

Modern'Jazz 11/13 ans

Leïlani, Ainhoa, Estelle, Cassandra, Zoé G, Zoé B, Clémence, Nina, Lécia, Mila, Celya, Valentine, Anaïs

Musique: Métamorphosis - A. Berenguer Pastor

*** DOUCEUR DE VIE ***

Chorégraphie: Nelly Sauvage

« La douceur de vivre est l'avancée d'une vie éternelle dans la vie d'aujourd'hui ».

Françoise Sagan

Classique 1

Calista, Jenna, Ivy, Lindsay, Rachel, Suzanne

Classique 2

Capucine, Gabrielle, Hortense, Julya, Mia, Zélie, Zoé-Manaya

Musique: Le Corsaire Acte 2 Grands Pas- A. Adam

*** L'INFINI AVEC TOI ***

Chorégraphie: Sonia Follana

« A deux, même les tempêtes deviennent chemin »

Adultes

Philomène, Manu, Virginie, Corine, Ornella, Julie

Ados 2

Elena, Anna, Maëlys, Colyne, Anélia, Flora, Jade, Camille, Tamara, Julie

Musique: With you - D. Lewis

*** ERREUR DE COEUR ***

Chorégraphie: Sonia Follana

« On se trompe de coeur avant de trouver le bon chemin ».

Ados 1

Gloria, Sasha, Alessia, Louise, Lucille, Lucine, Julianne, Lou-Anne, Norah, Ilyana

Ana, Mélina, Prune, Lilou C, Lilou F, Rachell, Olivia

Musique: Haunt me - A. Seabra

*** INSTANT SUSPENDU ***

Chorégraphie: Nelly Sauvage

*«Cela ne dura qu'un bref instant pendant lequel tout paraît suspendu,
un de ses replis du temps qui s'ouvre ou se referme sur une vie totalement différente »*

TH Cook

Classique 3

Apolline, Cassandre, Inna, Lécia, Leilani, Mila, valentine, Zoé

Musique: Le Cid Ballet Suite - Jules Massenet

*** RENCONTRES ***

Chorégraphie: Sonia Follana

« Chaque rencontre arrive quand on est prêt à la comprendre »

Initiations

Elise, Axelle, April, Arman, Calista, Maëlle, Sienna, Jenna, Lamis,

Sélénia, Lily, Enzo, Rachel, Rose, Chaïli

Musique: Whispers the mountain - Technetium

*** LES COULEURS DE LA VIE ***

Chorégraphie: Sonia Follana

« L'arc en ciel de la vie se construit entre ombre et lumière»

Modern 8/11 ans

Amira, Margaux, Charlotte, Anna, Choé, Elena, Hortense, Julya, Mia, Mina,
Zélie, Capucine, Hanna, Lise, Léon, Chiara, Jessie, Zoé-Manaya, Amy, Alice

Musique: Arc en Ciel Polo & Pan

*** ENTRE 2 INSTANTS ***

Chorégraphie: Nelly Sauvage

« Accepte ce qui est, laisse aller ce qui était, aie confiance en ce qui sera»

Bouddha

Classique Ados

Ana, Aurore, Camile, India, Inès, Lena, Nyla, Tamara

Musique: Pulse T. Ann

*** A CONTRE-TEMPS ***

Chorégraphie: Nelly Sauvage

« Mon passe temps favori, c'est laisser passer le temps, avoir du temps, prendre mon temps, perdre mon temps, vivre à contretemps »

Françoise Sagan

Classique Adultes

Eleonore, Amélie, Axelle, Carole, Cécile, Daniel, Laetitia, Maaïke
Musique: extrait l'Etudiante - L. Aknin & Toccata et Fugue - J. Thomas

*** TEMPS FORT ***

Chorégraphie: Sonia Follana

« Les temps forts sont les battements visibles de notre existence »

Initiations

Elise, Axelle, April, Arman, Calista, Maëlle, Sienna, Lenna, Lamis,
Sélénia, Lily, Enzo, Rachel, Rose, Chaïli
Musique: Serious Contender - R. Myhill

*** SUR LE FIL DU CHEMIN ***

Chorégraphie: Sonia Follana

« Le chemin de vie se découvre en marchant, pas en le regardant »

Modern 8/11 ans

Amira, Margaux, Charlotte, Anna, Choé, Elena, Hortense, Julya, Mia, Mina, Zélie, Capucine,
Hanna, Lise, Léon, Chiara, Jessie, Zoé-Manaya, Amy, Alice
Musique: Homoom Remix - Wisqo

*** PSYCHOTIC CABARET ***

Chorégraphie: Tao Aiglin

« Au cabaret du fou, même les ratés applaudissent »

Modern'Jazz Ados 2 et Adultes

Maelys, Anélia, Tamara, Jade, Eléna, Anna, Flora, Camille, Julie, Philomène, Cécile
Musique: Montage Psychotic cabaret O.Lichti & Éléphant man J.Morris

*** RENDEZ-VOUS MANQUÉ ***

Chorégraphie: Sandra Viel

« Le désir précède parfois la rencontre »

Ados 1

Gloria, Sasha, Alessia, Louise, Lucille, Julianne, Lou-Anne, Norah, Ilyana, Ana, Méline, Prune,
Lilou C, Lilou F, Rachell, Olivia
Musique: Where is my husband? - Raye

*** SÉRÉNITÉ ***

Chorégraphie: Nelly Sauvage

« La sérénité n'est pas l'absence de tempête, mais la paix au coeur de la tempête »

M. Body

Classique 3

Apolline, Cassandre, Inna, Lécia, Leilana, Mila, Valentine, Zoé
Musique: Ambre - A.Karsenti

*** INSOUCIANCE ***

Chorégraphie: Nelly sauvage

« *L'insouciance est l'art de se balancer dans la vie comme une escarpolette, sans s'inquiéter du moment ou la corde cassera* »

Honoré de BALZAC

Classique 1

Calista, Jenna, Ivy, Lindsay, Rachel, Suzanne

Musique: Rooftop Kiss - J. Sarlat

*** VELOUR D'AMOUR ***

Chorégraphie: Sonia Follana

« *L'amour profond ne cherche pas à briller mais à durer* »

Modern Jazz Adultes

Philomène, Manu, Virginie, Corine, Alixe, Cécile, Ornella, Julie

Musique: Extrait BO In the moon for love - S. Umebayashi

*** POUSSIÈRE DE MÉMOIRE ***

Chorégraphie: Nelly Sauvage

« *les enfants ont la mémoire courte mais ils ont le souvenir rapide* »

Victor HUGO

Classique 2

Capucine, Gabrielle, Hortense, Julya, Mia, Zélie, Zoé-Manaya

Musique: Go Time & Romance - Young Mozart

*** L'AMOUR IMPOSSIBLE ***

Chorégraphie: Nelly Sauvage

« *La vie est trop courte pour la gaspiller à poursuivre un amour impossible* »

H-F Amiel

Classique Ados

Ana, Aurore, Camille, India, Inès, Lena, Nyla, Tamara

Musique: Roméo & Juliette - S. Prokofiev

*** LES CICATRICES DE LA VIE ***

Chorégraphie: Sonia Follana

« *Le fond de la douleur est souvent le début du courage* »

Modern' Jazz 11/13 Ans

Leïlani, Ainhoa, Estelle, Cassandre, Zoé G, Zoé B, Clémence, Nina,

Lécia, Mila, Celya, Valentine, Anaïs

Musique: Cry Out - Loïc Notté

*** L'AMOUR NE FRAPPE PAS ***

Chorégraphie collective

« *Là ou la violence commence, je refuse d'habiter* »

Ados 2

Maelys, Anélia, Tamara, Jade, Eléna, Anna, Flora, Camille, Colyne, Julie, Philomène, Cécile

Musique: N'insiste pas - Camille Lellouche

Labour The Cacophony P. Paloma

*** SALUT ***

Tous les Danseurs, Danseuses, les Bénévoles, et les Professeurs

Musique: Run Boy Run - Woodkid

REMERCIEMENTS:

L'Association Culture Danse Évasion remercie :

La municipalité de Sommières, Mr le Maire et toute L'équipe Technique Municipale

Accompagnatrices des danseurs : Marie, Anaïs, Annabel, Sendrine, Laurence, Corine

Les Adultes modernes et Classique

Réalisation costumes et retouches et Aides: Isabelle Berthault, Michèle Pons

Matériel de sonorisation: Alexandre Karsenti

Régie générale et montage musical: Alexandre Karsenti - Psychotic Cabaret - Tao Aiglin

Sonorisateur: Nicolas Seus

Eclairagiste: Mikael

Matériel et montage light: M2C Audio: Maxime et son équipe

Régie plateau: Lilou

Coordination Plateau: Corine

Tous les bénévoles : Marie, Isabelle, Pascale, Corine, Pablo, Pascale, Virginie, Léa, Sébastien,

Magalie...et j'en oublie certainement....

Merci aux parents..... et Bravo à tous les danseurs et danseuses!!!!

Réalisation Vidéo: Emmanuel; ABC Caméra

Réalisation graphique de l'affiche, réalisation du bandeau programme et Réseau sociaux: Didier Barbe

FILM du Spectacle 1^{ère} et 2^{ème} Partie

Commande du FILM:

ABC Caméra

18 rue Des Flamants Roses

30620 Uchaud

04 66 88 54 29

www.abc-camera.com

★ COMMANDER LA CLÉ USB à côté de La Scène ★ **20€ ou 36€ les 2**

❖Venez boire le Pot de L'Amitié et discuter avec les danseurs, danseuses et Professeurs❖

INFOS

MERCREDI 24 JUIN 2026

Cour Lawrence DURRELL devant la salle polyvalente

- GOÛTER de FIN D'ANNÉE
- DISTRIBUTION DU FILM

REPRISE DES COURS

• LUNDI 7 SEPTEMBRE 2026

RÉ-INSCRIPTION CONSEILLÉE

CULTURE DANSE ÉVASION

culturedanseevasion@gmail.com

www.danses-sommieres.com

Tél: 06 86 25 90 28