



Déclaration d'activité de l'organisme formateur n°11930778593

PRÉ-REQUIS | CANDIDATURES

LIEN VIDEO

La sélection s'effectue à la réception du dossier de candidature et de la vidéo de présentation.

La vidéo doit être transmise via lien we transfer, youtube ou vimeo et inclure les éléments suivants :

PREPARATION PHYSIQUE ET SOUPLESSE

- Nombre max. de pompes soit sur les genoux, soit sur jambes tendues
- 30 abdos : crunch en remontant les coudes jusqu'aux genoux
- Nombre max. de levés de jambes en suspension (jambes groupées et/ou tendues)
- Un équilibre sur les mains au mur et/ou sans mur (temps max.)
- Souplesse : maximum de vos trois grands écarts (facial, latéral gauche, latéral droit) et de votre pont

UNIVERS ARTISTIQUE

- Une vidéo de votre univers artistique (numéro, travail de recherche artistique, improvisation,...) de 30 secondes à 1'30 minute maximum dans une ou plusieurs disciplines d'expression corporelle de votre choix : danse hip-hop, équilibre, corde lisse, tissu aérien, acrobatie, acro-danse, cerceau, contorsion, danse contemporaine, jonglage, théâtre, portés acrobatiques, sangles, capoeira, danse classique, etc.

Tous les éléments ci-dessus doivent apparaître dans la ou les vidéos accompagnant votre dossier de candidature.

Ces pré-requis nous permettront d'apprécier votre condition physique et votre potentiel d'amélioration par rapport à vos compétences actuelles.