



LOUIS-RIEL

PROGRAMME DE DANSE

DESTINÉ AUX ÉLÈVES-ATHLÈTES DE LA 7^e À LA 12^e ANNÉE



LOUIS-RIEL.CEPEO.ON.CA

613-590-2233

 @ESPLouisRiel



Conseil des
écoles publiques
de l'Est de l'Ontario

Passion - Excellence - Respect



À PROPOS DU PROGRAMME



Le programme de danse Louis-Riel a explosé en popularité depuis sa création en 2017, introduisant une formule bienvenue pour les danseurs et leurs familles pour profiter d'un équilibre optimal entre leur sport, leur école et leur vie familiale.

Le nouveau volet du programme Sports-Études de Louis-Riel a été créé en partenariat avec un studio local renommé, École de danse Louise (EDL) à Orléans. Chaque danseur reçoit un enseignement de la part du personnel expérimenté d'EDL au cours de ses trois séances au studio chaque semaine.

Les deux autres jours de la semaine, les participants s'entraînent grâce à leur programme personnalisé de musculation et de conditionnement physique sous la surveillance de l'entraîneur professionnel de Louis-Riel dans les installations ultramodernes de l'école. L'objectif est de favoriser la prévention de blessures et d'améliorer la condition physique.

Les élèves-athlètes du programme de Sports-Études de l'école reçoivent un crédit académique d'éducation physique tout en s'entraînant quotidiennement pendant les heures d'école. Le format unique libère leurs soirées pour le temps en famille, les devoirs et une vie sociale avec les amis.

FONCTIONNALITÉ DU PROGRAMME

Entraînement tous les jours de la semaine

- 3x/semaine au studio de l'École de danse Louise
- 2x/semaine d'entraînement dans les installations de Louis-Riel
- A lieu pendant les heures normales de l'école
- Le programme se déroule pendant l'année scolaire (septembre-juin)

Exemple d'horaire de danse hebdomadaire :

- 3 heures de ballet (danse classique)
- 1 h de pointes
- 2 h de jazz
- 1 h de claquettes
- 1 h de danse acrobatique
- 1 h de hiphop
- 1 h d'étirement et de conditionnement physique

Accès aux spécialistes du sport

- Nutritionniste
- Entraîneur en préparation mentale
- Entraîneur de musculation
- Thérapeute athlétique

Compétitions

- 4x/an
- 2 à Ottawa
- 2 entre Toronto et Montréal
- Championnats nationaux à l'occasion

Transport inclus

- Les participants sont amenés au studio de danse par les autobus de Louis-Riel



LA PASSION ET LE PLAISIR #1 À L'ÉCOLE DE DANSE LOUISE

« Nous sommes très heureux de faire partie de ce programme avec Louis-Riel et de partager notre passion avec tous les enfants qui veulent en faire partie. »



« Je pense que c'est une grande opportunité pour les parents, les élèves et les danseurs d'améliorer leur style de vie. Je vois que c'est une nouvelle façon de s'entraîner. »

« Cela change la façon dont les gens pensent de la danse, et je pense que cela changera des vies. »

— Mélanie Belair-Adams,
Directrice artistique, École de danse Louise



ÉCOLE DE
DANSE Louise

Avec plus de 30 ans d'histoire dans l'Est d'Ottawa, l'école de danse Louise est située à seulement 5 minutes de Louis-Riel sur la prom. Youville.

L'École de danse Louise dédie sa réussite à son atmosphère amicale et respectueuse, remportant souvent

des prix de « Meilleur esprit d'équipe » lors des compétitions. Cet environnement familial, dirigé par 16 enseignants dont les spécialités sont diversifiées, favorise la positivité et la croissance continue.

Au fil des ans, l'école de danse Louise a formé des anciens élèves qui ont ensuite fréquenté des écoles de ballet professionnelles et ont été acceptés dans les programmes de danse de certaines universités, tandis que beaucoup d'autres sont devenus professeurs de danse.

L'École de danse Louise a bâti une structure solide qui encourage l'entraînement de rigueur et la compétition, mais souligne également l'importance de continuer à développer une passion pour la danse et de toujours s'amuser.



RENCONTRER LA DIRECTRICE



MÉLANIE BELAIR-ADAMS

Directrice artistique,
École de danse Louise

ecoledanselouise@gmail.com



RÉSUMÉ DE L'ENTRAÎNEUSE

- ☒ Native d'Ottawa, danse depuis l'âge de 3 ans
- ☒ Partage son amour de la danse en tant qu'interprète et enseignante
- ☒ A étudié au Randolph School of Performing Arts
- ☒ A dansé professionnellement à Toronto
- ☒ 20+ ans à l'École de danse Louise
- ☒ A également enseigné la danse pour les conseils scolaires locaux
- ☒ A guidé de nombreuses troupes compétitives vers des prix pour le meilleur studio et le meilleur danseur
- ☒ Certification de l'Association britannique des professeurs de danse & Associated Dance Arts for Professional Teachers
- ☒ Assiste fréquemment à des séminaires avec des danseurs et chorégraphes de renommée mondiale

« Lorsque vous êtes sur scène et que vous donnez tout ce que vous avez pour un public, votre cœur se remplit de joie. C'est tellement exaltant. »

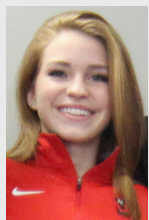
« En tant qu'enseignante, c'est un travail tellement gratifiant de voir mes élèves commencer à 3 ans et passer de 10 à 13 ans à grandir et à devenir ces danseurs professionnels. »

« Vous leur avez donné votre passion et vous voyez à quel point ils aiment la danse. C'est la meilleure partie de mon travail. »

— Mélanie Belair-Adams

COMMENT S'INSCRIRE

Communiquez avec l'administration de l'École secondaire publique Louis-Riel (louis-riel@cepeo.on.ca). Les participants sont les bienvenus aux niveaux avancé ou récréatif.



« Nous sommes un petit groupe, donc les professeurs ont la chance de servir chaque danseur individuellement et de prendre le temps de savoir comment notre corps bouge physiquement. Ils prêtent attention à la façon dont chacun de nous réagit à différents mouvements et quels muscles sont plus forts ou moins flexibles. »

« J'adore côtoyer toutes ces personnes qui aiment les mêmes choses que moi et qui sont tout aussi passionnées par la danse. C'est la meilleure expérience. »

— Mackenzie Houle, Louis-Riel Sports-Études danse



DANSER DE JOIE

