

DOSSIER DE PRESSE

GRAND ÉCART

GRAND ECART



GRANDECARTT.COM

ESCAPADES DANSÉES EN FRANCE



grandecartt.com

A PROPOS de Grand écart

 + de 30 escapades dansées en France

 10K abonnés

 + de 500 participantes

Grand écart propose aux participantes de **s'évader loin** des responsabilités du quotidien, où **danser**, **voyager responsable** (uniquement en France) et **décompresser** seront leurs seules priorités !

Les expériences Grand écart sont créées sous différents formats : week-ends de 3 jours, 4 jours et séjours plus longs.

Avec une **diversité de professeurs et de styles** (classique, modern, afro, salsa, contemporain, oriental, street jazz, heels...), chacun peut trouver la danse qu'il pratique ou qu'il souhaite essayer.

Lors des expériences par petits groupes de **15 participantes maximum**, l'idée est de se concentrer sur l'apprentissage, le plaisir et le bien être procurés par la danse et la musique. De débutant à confirmé, les escapades sont **ouvertes à tous les niveaux** et encadrées par une pédagogie attentive et bienveillante.

Sur place, tout est pensé pour stimuler le **lâcher prise**, la **convivialité** et la **bonne humeur**. L'état d'esprit de Grand écart est fondé sur la **bienveillance** et est animé d'une énergie solaire pour repartir aussi motivé que relaxé, se laisser emporter par le mouvement de la danse.

Enfin, les lieux sont sélectionnés de façon méticuleuse. Ils allient charme et atmosphère propice à la déconnexion. Des acteurs locaux sont choisis pour la gastronomie (chefes) ou les activités sur place.



L'EQUIPE Grand écart

Flavie Delmeule

Fondatrice de Grand écart

Cadette d'une famille où le sport est omniprésent, **la danse a toujours eu une place importante dans sa vie**. Que ce soit grâce à une pratique hebdomadaire, ou des soirées sur le dancefloor, tant que la musique résonne, elle est naturellement entraînée par la danse.

Egalement **passionnée de voyages** grâce à des parents qui lui ont permis de visiter de multiples pays elle a toujours eu soif de découverte de l'autre, de nouvelles cultures et de nouveaux paysages.

Ces voyages lui ont développé **une sensibilité écologique**. Aujourd'hui, elle ne cesse de chercher un équilibre entre sa façon de vivre, de consommer, et l'impact de ses actions sur notre planète.

C'est ainsi, qu'elle a souhaité considérablement réduire ses trajets en avion et les remplacer en partant à la découverte de son propre pays : **notre jolie France**.

En parallèle, elle a repris la danse dans un nouveau studio à Paris qui l'a tout de suite convaincu, de part son approche de la danse "tout public", "familiale" et sa philosophie portée sur la bienveillance.

"L'envie de pratiquer la danse ailleurs que dans une salle de danse est alors venue naturellement ! Je voulais partir sur des séjours bien-être, version danse et feel good, pour danser en plein air. Mais je ne trouvais aucune offre correspondante à mes attentes. C'est à ce moment précis que Grand écart est né !"
confie Flavie Delmeule, Fondatrice de Grand écart.



L'EQUIPE Grand écart

Florence Ruga

Responsable Communication de Grand écart & Professeure de danse

Passionnée depuis toujours, Florence réclame de commencer les cours de danse à l'âge de 4 ans. Elle n'arrêtera plus jamais jusqu'à aujourd'hui. Cela fait maintenant **30 ans qu'elle pratique la danse modern jazz**.

Elle se forme dans plusieurs techniques et est devenue aujourd'hui **professeure de modern et street jazz** dans trois écoles parisiennes. Elle aime la scène autant que l'enseignement. Elle s'épanouit en partageant cet art et en créant des tableaux chorégraphiques. Elle décide même de **créer un collectif d'artistes appelé Moov'UP** en s'entourant de danseurs talentueux aux personnalités humaines singulières afin de construire de véritables créations chorégraphiques.

En parallèle, elle effectue ses études supérieures dans le **domaine de la communication** et intégrera plusieurs structures comme les agences de communication et collectivités. En 2021, elle occupe depuis presque 6 ans, le poste de responsable communication dans une grande entreprise spécialisée dans le e-commerce.

C'est en 2021 qu'elle croise la route de Flavie lors d'un cours de danse qu'elle dispense à Paris et que cette dernière lui proposera d'animer une des premières escapades dansées de l'histoire de Grand écart. Puis deux, puis trois, puis quatre. C'est alors que **l'idée d'une collaboration naît**. En 2022, Florence rejoint Grand écart aux côtés de la Fondatrice Flavie au **poste de Responsable communication & RP // professeure de danse**.

"La danse, c'est toute ma vie. La rendre accessible, la partager et la faire voyager m'a immédiatement conquise. Grand écart est une évasion sensorielle, passionnelle et gorgée d'amour !" déclare Florence Ruga.

Les fondamentaux



Les chiffres clés en 2023



+ de 30
escapades
dansées

+ de 20
cours de danse
signature

8
régions explorées
en France

GRAND ECART

+ de 15
professeures
de danse

10K
abonnés
sur Intagram

+ de 500
participantes



Les escapades dansées

Présentation du concept des "Escapades dansées"

Une évasion loin des responsabilités du quotidien, où danser, voyager et décompresser sont les seules priorités !

Les escapades dansées de Grand écart sont créées sous différents formats : week-end de **3 jours**, week-end de **4 jours** ou bien **séjour estival plus long**.

Avec une **diversité** de **professeurs et de styles** (classique, salsa, rock, modern jazz, contemporain, oriental, africain...), chacun peut trouver la danse qu'il pratique ou qu'il souhaite essayer.

Lors des expériences, l'idée est de se concentrer sur **l'apprentissage, le plaisir et le bien être** procurés par la danse et la musique. **Débutant ou confirmé**, les escapades sont ouvertes **à tous les niveaux** et encadrées avec une **pédagogie bienveillante**.

Le concept Grand écart se veut **minimaliste**, avec **des groupes de huit à quinze personnes** en moyenne, afin de promouvoir **le lien entre les participants** mais également afin de favoriser un **apprentissage plus personnalisé** de la danse.

Sur place, tout est pensé pour stimuler le **lâcher prise**, la **convivialité** et la **bonne humeur**. L'état d'esprit de Grand écart est fondé sur la bienveillance et est animé d'une énergie solaire pour repartir aussi motivé que relaxé, se laisser emporter par le mouvement de la danse.

Enfin, **les lieux** sont sélectionnés de façon méticuleuse. Ils allient **charme** et **atmosphère propice à la déconnexion**. Des acteurs locaux (chefs) sont choisis pour la gastronomie entièrement végétarienne et/ou végétale.



Les cours signature

Présentation du concept des "Cours signature Grand écart"

Les valeurs communes de nos cours signature

- Danser hors des studios, à la découverte de lieux atypiques propices au ressenti et au lâcher prise.
- Un format original mêlant : échauffement musculaire, exploration corporelle, apprentissage d'une courte chorégraphie et une bonne dose de transpi grâce à des exercices de cardio ! Suivi d'un temps d'échange.
- Le tout dans une ambiance décomplexée chargée de good vibes !
- Ce cours est un exutoire où lâcher prise, partage et rire seront les seuls mots d'ordre.

Nos différents cours signature

Trouve ton flow : mélange détonnant de plusieurs techniques jazz à savoir le Modern Jazz et Street Jazz ainsi que des influences contemporaines. Chorée, technique, cardio et danse libre sont au programme.

I am a woman : ce cours met l'accent sur la féminité et sensualité grâce à la découverte des danses latines (un mix de salsa, bachata & lady styling) et la (re)connexion au corps. Bassin et hanches seront les meilleurs alliés !

Back to the 2000s : de la danse sur le meilleur des années 90's et 2000's avec l'apprentissage de chorées ultra énergiques et feel good comme dans les clips. Du fun et du lâcher prise !

Sundance : un mix de danse cardio fun sur le meilleur des années 90 et 2000s et de danse afrobeat version girly pour (r)éveiller la féminité ! Un cours pour libérer son énergie.



Les évènements Grand écart

Grand écart organise plusieurs évènements de danse par mois

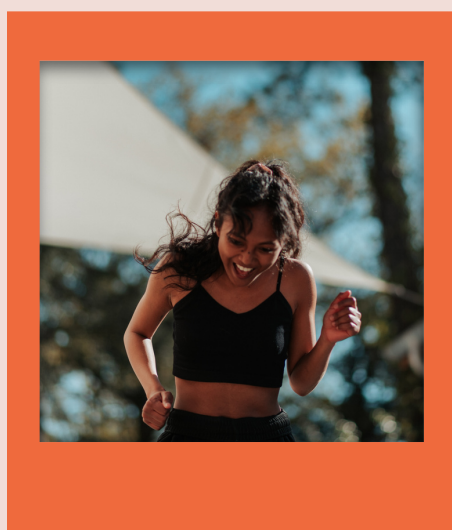
Les jeudis soirs Grand écart

Possibilité pour les participants, le temps d'une soirée, de tester **1, 2 ou 3 cours différents** (format : 1h par cours) avec des professeures à l'énergie débordante.

Une soirée danse dans un ancien atelier d'artiste en plein coeur de Montmartre. Récemment réhabilité en un luxueux loft, ce lieu est propice à la rencontre et la créativité.

Prise de cours à la carte possible (1 ou 3 cours). Cet évènement offre la possibilité de profiter toute la soirée du lieu et d'un moment d'échange convivial autour d'un verre réconfortant.

Les évènements de danse Grand écart partout en France où l'on exporte les cours signature



Une offre pour les entreprises

Grand écart imagine des cours de danse uniques et des séminaires d'entreprise 100% good vibes

Grand écart souhaite amener la danse aux entreprises, afin de permettre aux employés de pratiquer par plaisir, pour évacuer le stress, lâcher prise et se concentrer sur le moment présent (on met le mental sur pause).

Grand écart s'invite dans les couloirs des bureaux d'entreprise !

Le niveau : adaptable aux grands débutants et même à celles et ceux qui n'ont jamais dansé

Plusieurs formats possibles et adaptables : cours matinal – entre midi et deux – fin de journée – after work – team building – séminaire – convention... Le tout dans une ambiance décomplexée, bienveillante et à l'écoute des collaborateurs et collaboratrices de l'entreprise

Une offre sur-mesure aux entreprises par l'expertise Grand écart

Le monde du travail n'a eu de cesse de se réinventer. Le lien des employés à l'entreprise évolue, la place du **bien-être au travail** est devenue primordiale et la **dimension environnementale** un **enjeu sociétal**. Grâce à la danse, Grand écart souhaite amener une nouvelle vision du bien-être. Donner du sens à sa vie professionnelle, réintégrer sa mission et sa place au sein du collectif, c'est ce que Grand écart propose avec **des formats de séminaires sur mesure**.





L'esprit Grand écart



Feel good !



☰ Ils nous font confiance

label *inspi*



☐
POINT
ÉPHÉMÈRE



MAISON
☰ SOLLIER ☰



CUNE





Contactez l'équipe Grand écart

Contact Relations Medias & Communication

Florence RUGA

Mail : florence@grandcartt.com

Téléphone : 06.22.02.37.70

Contact Grand écart Fondatrice

Flavie DELMEULE

Mail : flaviedelmeule@grandcartt.com

Téléphone : 06.71.19.75.91