



Camp hip-hop débutant

(À la découverte de la culture Hip-Hop & éveil à la danse urbaine)

Dates du 7 août 2023 au 11 août 2023
Horaire de 8h00 à 17h00
Lieu Avenue de l'Élysée 6, 1006 Lausanne
Contact 078 765 06 26

Âge des participants : 7 ans à 14 ans
Prix 480 CHF

Notre responsable du camp : Thomas Diday
Moniteur : Thomas Diday, Théo Memoud, Cesar Bilavie, Eric Pidoux

Planning de la semaine :

Lundi :	8h00	Rendez-vous au collège de l'Élysée et vérifications des présences
	8h30	Début de l'aventure : Présentation des moniteurs et de l'association LBSchool Découverte de l'histoire du Hip-Hop et ses origines Collation sportive
	9h00	Échauffement : Jeux dansants en musique pour éveiller le rythme
	9h30	Stage de break dance : Apprentissage des top rock, footwork, power-move et de nombreuses autres acrobaties avec des professionnels du milieu
	12h00	Pause repas : Un repas chaud et sain est servi
	13h00	Activité Graffiti : Découverte de la discipline Prévention sur le droit de dessiner sur les murs Création de croquis puis mise en support avec les dispositifs de sécurités nécessaires
	15h00	Pause collation : Une collation saine est servie
	15h15	Stage de break dance : Mise en place de la chorégraphie pour le spectacle prévu à la fin du camp
	17h00	Fin de journée : À demain !
Mardi :	8h00	Rendez-vous au collège de l'Élysée et vérifications des présences
	8h30	Échauffement : Jeux dansants en musique pour éveiller le rythme
	9h00	Stage de hip-hop : Apprentissage du looking, smurf, popping et de chorégraphies de manière synchronisée et rythmée
	10h30	Pause collation : Une collation saine est servie



10h45 Stage de break dance : Apprentissage des top rock, footwork, power-move et de nombreuses autres acrobaties et jeux dansants

12h00 Pause repas : Un repas chaud et sain est servi

13h00 Activité piscine : Découverte de mouvements du break dance avec des jeux aquatiques à la piscine de Bellerive.

15h00 Pause collation : Une collation saine est servie

15h15 Stage de break dance : Mise en place et entraînement de la chorégraphie pour le spectacle prévu à la fin du camp

17h00 Fin de journée : À demain !

Mercredi :

8h00 Rendez-vous au collège de l'Élysée et vérifications des présences

8h30 Échauffement : Jeux dansants en musique pour éveiller le rythme

9h00 Stage de break dance : Apprentissage des top rock, footwork, power-move et de nombreuses autres acrobaties et jeux dansants

10h30 Pause collation : Une collation saine est servie

10h45 Stage de hip-hop : Apprentissage du looking, smurf, popping et de chorégraphies de manière synchronisée et rythmée

12h00 Pause repas : Un repas chaud et sain est servi

13h00 Activité rap : Présentation de la discipline
Jeux sur les manières de s'exprimer et de créer du style
Écriture de phrases et rimes

15h00 Pause collation : Une collation saine est servie

15h15 Stage de break-dance : Mise en place et entraînement de la chorégraphie pour le spectacle prévu à la fin du camp

17h00 Fin de journée : À demain !

Jeudi :

8h00 Rendez-vous au collège de l'Élysée et vérifications des présences

8h30 Échauffement : Jeux dansants en musique pour éveiller le rythme

9h00 Stage de break dance : Mise en place et entraînement de la chorégraphie pour le spectacle prévu à la fin du camp

10h30 Pause collation : Une collation saine est servie

10h45 Stage de hip-hop : Apprentissage du looking, smurf, popping et de chorégraphies de manière synchronisée et rythmée

12h00 Pause repas : Un repas chaud et sain est servi

13h00 Activité piscine : Découverte de mouvements du break dance avec des jeux aquatiques à la piscine de Bellerive.

15h00 Pause collation : Une collation saine est servie

15h15 Stage de break dance : Mise en place et entraînement de la chorégraphie pour le spectacle prévu à la fin du camp



17h00 Fin de journée : À demain !

- Vendredi :**
- 8h00 Rendez-vous au collège de l'Élysée et vérifications des présences
 - 8h30 Échauffement : Jeux dansants en musique pour éveiller le rythme
 - 9h00 **Stage de break dance : Apprentissage des top rock, footwork, power-move et de nombreuses autres acrobaties et jeux dansants**
 - 10h30 Pause collation : Une collation saine est servie
 - 10h45 **Stage de break-dance : Mise en place et entraînement de la chorégraphie pour le spectacle prévu à la fin du camp**
 - 12h00 Pause repas : Un repas chaud et sain est servi
 - 13h00 **Activité DJing :**
 - Présentation de la discipline
 - Découverte des outils du DJ
 - Création de musiques et de remix
 - Jeux collectifs sur la musique
 - 15h00 Pause collation : Une collation saine est servie
 - 15h15 **Répétition spectacle : Filage du spectacle et de leurs passages**
 - 16h00 **Début du spectacle :** La famille, les amis et tous les proches sont invités à voir le spectacle et les progrès de l'équipe Suivi d'un apéro de fin de camps non loin de la scène.
 - 17h00 Fin de camp Bon week-end et à bientôt