LE CODE DE L'OUVERTURE DE BAL

→ Les 10 paramètres qui influent & conditionnent votre Ouverture de Bal



SOMMAIRE

Les Mots du Professeur de Danse

01 Type de Projet p. 5

02 Tenue & Confort p. 7

03 Répétitions p. 9

04 Moment de la danse p. 11

05 Organisation p. 13

06 Visuel VS la Technique p. 15

07 Détails cachés : piste p. 17

08 Dispositions des invités p. 19

09 Repas / alcool p. 24

10 Prévoir les Imprévus p. 26



Je suis Anthony, Professeur de Danse
spécialisé dans les chorégraphies de Mariage
depuis + 13 ans. + 2000 couples ont déjà suivi
ma **Méthode "LEGOS VISUELS"**.

Ma Méthode s'adresse aux couples ultra débutants en Danse qui ont peur/honte de danser mais qui souhaitent faire une jolie danse fluide & stylée, sans y passer des heures.

CONFIANT

Méthode "VISUEL"



100% REUSSITE
100% STYLE - 0% STRESS

01 TYPE DE PROJET

MUSIQUE OU DANSE ?

Préférez une musique sur laquellle faire une chorégraphie visuelle, techniquement simple et sans stress en accentuant le style, plutôt qu'une vraie danse précise dans le catalogue des écoles de danse, où il faudra compter les temps, les gestes et apprendre des 10aines de pas techniques, qui ne se verront pas le jour J, et le tout dans le bon sens avec du style.

NOMBRE DE MUSIQUES ?

1 musique = romantique dans votre bulle (votre moment)
2 musiques = vous commencez une 2eme plus entraînante pour inviter les convives sur la piste au bout d'une minute (vous partagez votre ouverture de bal)
3 ou 4 musiques = vous faites monter l'ambiance (volonté de faire le show pour les invités)

COMBIEN DE MINUTES ?

1 musique = entre 3min et 3min30s
2 musiques = entre 3min et 4min
3 musiques = entre 4 min et 5min

FACILE OU RECHERCHÉE ?

Facile = Rapide à apprendre, rapide à retenir et pas stressant = + facile d'accentuer le style
Recherchée = plus compliquée : faire des choses techniques ne se voient pas le jour J surtout dans les pieds avec la robe qui cache les pieds + difficile d'accentuer le style car la choré est techniquement difficile = il faut penser à trop de choses.

OBJECTIF ?

Proposer des prouesses techniques à minuit après une grosse journée qui seront jugées par des connaisseurs ? NON. Faire une jolie danse visuelle avec style & émotion en étant sereins, confiants et sans stress pendant le repas ? OUI.

LES CONSEILS DU PROF'

- ✓ PRÉFÉREZ UNE DANSE VISUELLE SUR 1 MUSIQUE
- ✓ NE PAS DÉPASSER 5MIN DE DANSE
- ✓ CHORÉGRAPHIE FACILE POUR NE PAS SUBIR ET S'AMUSER
- ✓ GARDER VOTRE OBJECTIF EN TÊTE : NE PAS STRESSER, RAJOUTER DU STYLE & ÉMOTION

CES POINTS SONT QUAND MÊME DÉTERMINÉS PAR LA ROBE !



02 TENUE & CONFORT

LA ROBE DE LA MARIÉE 

- Prendre en compte la robe avant de créer votre chorégraphie (traîne remontée dans le dos ou pas, attaché au poignet ou pas).
- La mariée va-t-elle changer de robe pour l'Ouverture de Bal ?
- Peut-elle lever les bras en l'air ?
- Pensez à une épingle "spéciale traîne" pour la remonter dans le dos

LES CHAUSSURES 

- Mettre de temps en temps les chaussures du jour J pour s'habituer.
- Prévoir des chaussures compensées au cas où.
- Surtout ne pas mettre des chaussons si la robe est faite à la hauteur de talons.
- Prévoir des COMPEED pour ampoules



ALLEZ-VOUS ADAPTER LA CHORÉGRAPHIE À LA ROBE OU BIEN CHANGER DE ROBE POUR AVOIR 0 CONTRAINTES ET FAIRE DES CHOSES PLUS RECHERCHÉES ?

LES CONSEILS DU PROF'

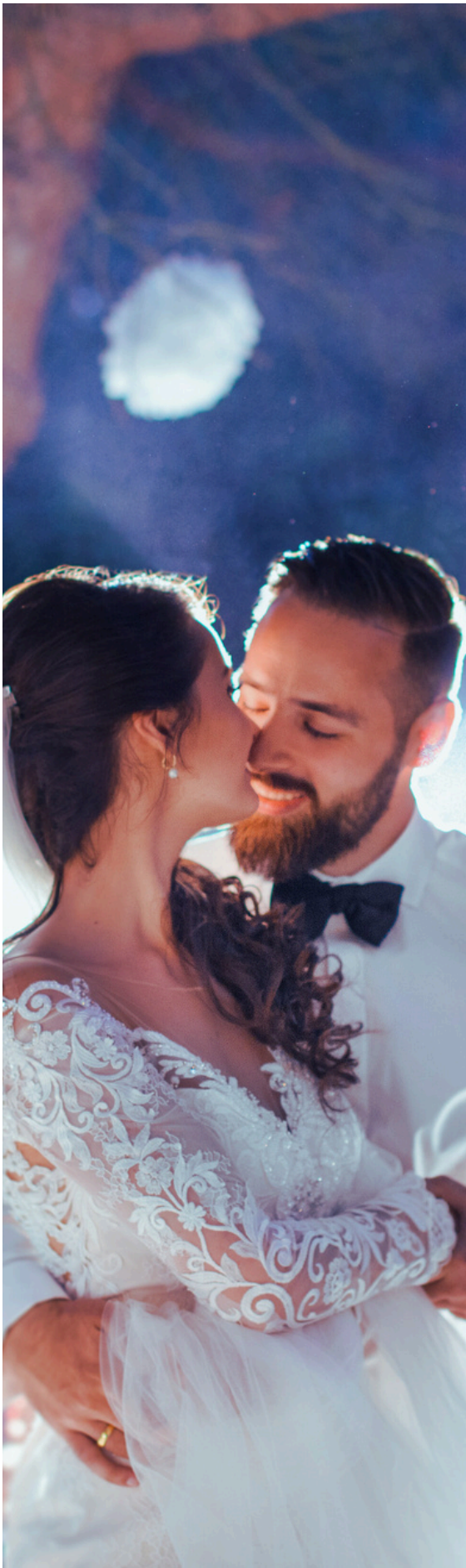
✓ DÉCIDEZ TRÈS TÔT SUR LE SUJET DE LA ROBE

✓ EXERCICE À FAIRE AU MAGASIN DE ROBES

Vous êtes au magasin de robe

1. Demandez à ce qu'on vous accroche la traîne pour qu'elle soit à ras le sol comme le devant (normalement)
2. Marchez quelques pas en avant
3. Tournez sur vous même (un tour complet 360°)
4. Revenez à reculons.
5. Levez les bras au dessus de votre tête en frappant des main

- **Si vous n'êtes pas gênée par la traîne, ni par le tissu au niveau des épaules, c'est ok.**
- **Si vous êtes gênée, il faudra BIEN adapter la danse à la robe dès l'apprentissage des premières figures pour être dans le réel du jour j.**



03 LES RÉPÉTITIONS

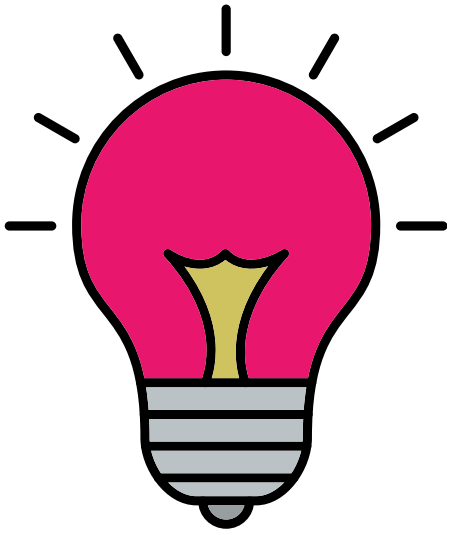
TAILLE PISTE DE DANSE

Faites la différence entre la piste brute et la piste nette :

- Piste brute : espace de danse sans personne dessus ni Dj.
- Piste nette : espace réel pour danser en prenant en compte les convives qui sont autour (souvent plus petit que la piste brute) et le DJ qui mange 1 ou 2 mètres de profondeur.

DIFFICULTES JOUR J

- Entraînez-vous avec les mêmes contraintes du jour J : la robe (jupon ou couette).
- Répétez de préférence tard le soir comme le jour J dans une pièce tamisée : certains hommes ont du mal car ils ne “voient pas trop” les mains.
- Entraînez-vous avec la même hauteur de talons que le jour J !!!!!!!!



PRÉVOYEZ ABSOLUMENT UNE RÉPÉTITION DANS LA SALLE DU JOUR J : LA VEILLE OU BIEN LORS DE “RDVS PAPIERS”. TOUTES LES OCCASIONS SONT BONNES POUR S’HABITUER !

LES CONSEILS DU PROF'



✓ LISTEZ LES DIFFICULTÉS DU JOUR J TRÈS TÔT

✓ EXERCICE 1 : ONE SHOT

Objectif Jour J

1. Le jour J, vous n'aurez qu'un coup et non pas plusieurs essais pour monter en puissance. Une fois la chorégraphie montée, mettez votre cerveau en mode ONE SHOT et si vous vous trompez au 1er coup, allez jusqu'à la fin. Ne recommencez pas. 2 jours après, votre cerveau se mettra en mode "rattrapage, adaptation, bidouillage" pour aller jusqu'à la fin de la musique.

✓ EXERCICE 2 : DES RÉPÉTITIONS EFFICACES

Petit jeu

1. A tour de rôle tous les 2/3 jours, surprenez votre partenaire pour répéter là tout de suite sans s'y attendre. C'est à peu près ce qui se passera le jour J. Vous n'allez pas vous isoler 30 minutes avant de danser.

04 MOMENT DE LA DANSE

AVANT LE GÂTEAU

Certains couplent dansent plus tôt pour évacuer le stress, profiter encore plus et manger/boire tout ce qu'ils souhaitent !

- Entre le fromage et le dessert
- Entre le plat et le dessert
- Entre l'entrée et le plat
- Direct à l'entrée dans la salle

APRÈS LE GÂTEAU

La tradition veut qu'on ouvre le Bal après le repas mais attention ! Le gâteau est souvent servi à minuit (sans retard). Il faut donc attendre que le dernier invité ait été servi et ait fini de manger, ce qui peut faire facilement 00h45 pour l'Ouverture de Bal (sans retard)...



A QUEL MOMENT SOUHAITEZ-VOUS DANSER ET POURQUOI ? DISCUTEZ-EN POUR CONNAÎTRE ET COMPRENDRE LES ATTENTES DE L'AUTRE. IL N'Y A PAS DE BONNE RÉPONSE !

LES CONSEILS DU PROF'

✓ PLUS LES ANNÉES PASSENT, PLUS LES COUPLES DANSENT TÔT POUR ÊTRE DÉBARRASSÉ DE LA DANSE ET POUVOIR + PROFITER

✓ PENSEZ À INFORMER VOS PRESTATAIRES : DJ & TRAITEUR.

✓ SI VOUS DANSEZ AVANT LE GÂTEAU, EN GÉNÉRAL, LE DJ LAISSE LA MUSIQUE 20MIN JUSTE APRÈS VOTRE OUVERTURE DE BAL.



05 L'ORGANISATION

1.QUI FAIT L'ANNONCE DE L'OUVERTURE DE BAL POUR CAPTER L'ATENTION DES INVITÉS ?

2.ENVOYEZ LA MÊME VERSION QUE CELLE DE VOS ENTRAÎNEMENTS

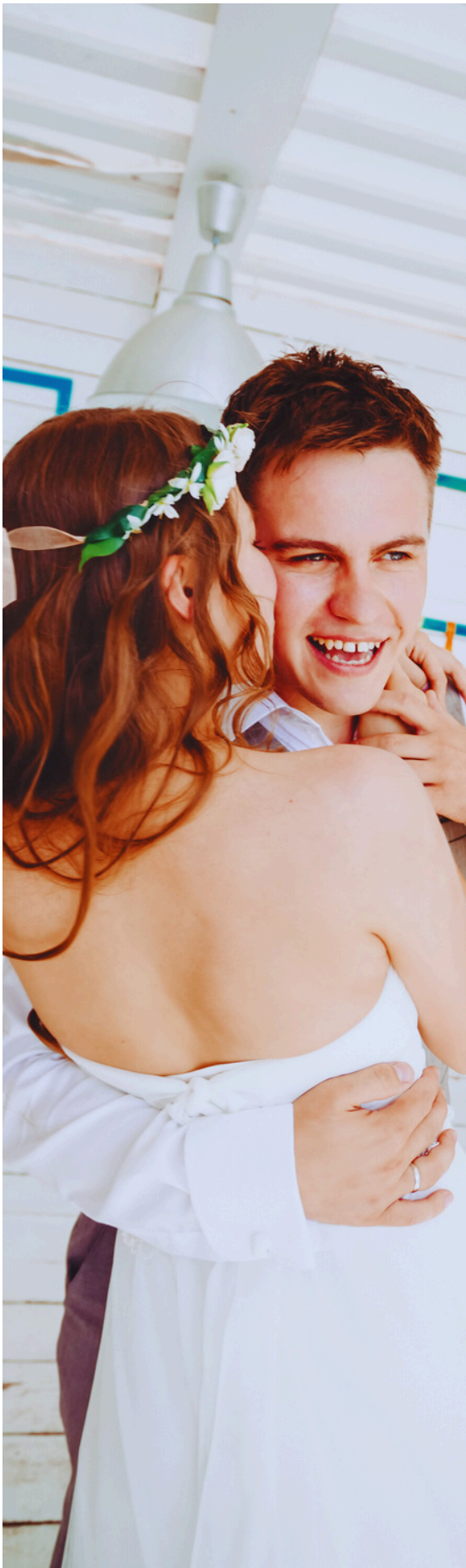
3.MANDATEZ DES TÉMOINS POUR PLACER LES INVITÉS

4.PRÉVOYEZ UNE TRANSITION FLUIDE AVEC LE DJ POUR LA SUITE



LES CONSEILS DU PROF'

- ✓ FAITES ATTENTION, LES MINUTES DÉFILENT VITE LE JOUR.
- ✓ PRÉFÉREZ L'ANTICIPATION AU LIEU DE L'IMPROVISATION
- ✓ PRÉPAREZ UN PETIT CARTON AU DJ À LUI REMETTRE LE JOUR J AVEC LES INSCTRUCTIONS
- ✓ METTEZ LES TÉMOINS DANS LA CONFIDENCE SANS LEUR MONTRER VOTRE DANSE



06 VISUEL VS TECHNIQUE

VISUEL



Le visuel, c'est faire des vraies figures de danse mais sans aucun pas technique. On parti du principe qu'on ne voit pas les pieds de la mariée sous la robe, et si vous avez de la fumée au sol, on ne verra vraiment aucun pieds du couple...

Avec le visuel, on ne perd pas de temps à apprendre des pas pendant des heures, les résultats sont rapides. On remplace les comptes par des repères musicaux.

Cette méthode supprime le stress avant et surtout le joru J



TECHNIQUE



La vraie danse comme dans les écoles de danse impose d'apprendre à compter les temps, les pas et les gestes (une 60aines de phrases musicales de 8 temps) + des 10aines de pas à retenir qui doivent être synchros entre les 2 partenaires et bien calés sur chaque compte de la musique.

Sans compter le reste qu'il faut pour paraître à l'aise = tout ça est très compliqué car il faut apprendre le solfège de la danse comme des vrais danseurs qui dansent depuis des années. Et 1h de cours privé de vraie danse technique = 5 à 10h nécessaires d'entraînement à la maison.

En 1h, on apprends seulement un pas de base qui dure 3 à 5 secondes car il faut penser à 8/10 choses en même temps.

L'OBJECTIF DU JOUR J EST PLUTÔT DE FAIRE UNE JOLIE DANSE FLUIDE, VISUELLE, PAS STRESSANTE, AVEC STYLE & ÉMTION (LES 2 SEULES CHOSES QUI SE VOIENT LE JOUR J.

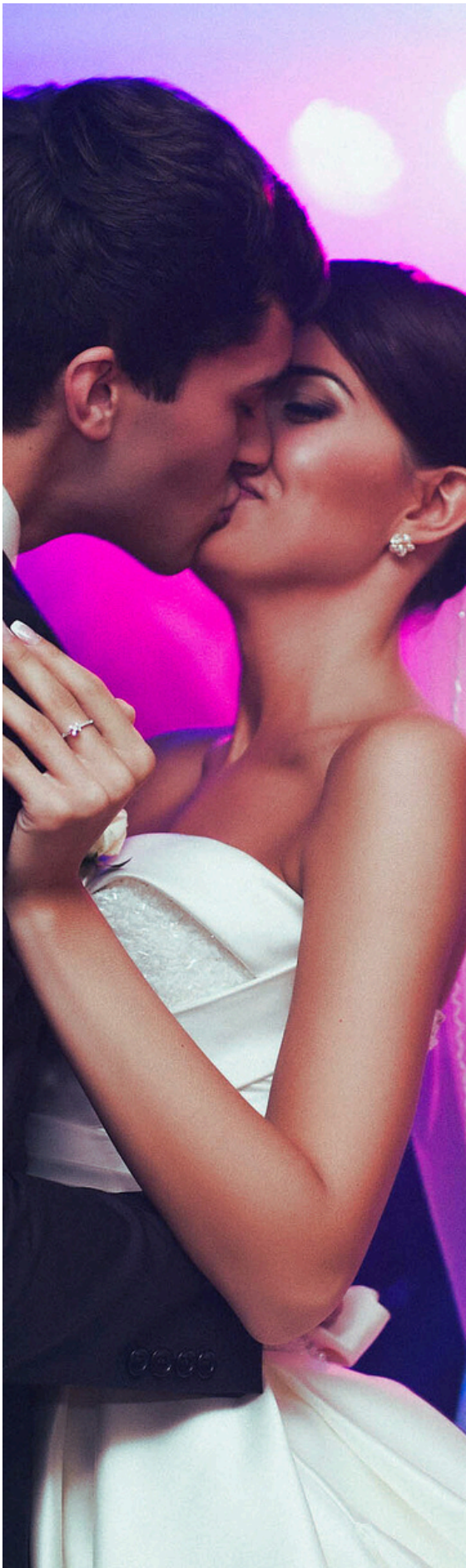
LES CONSEILS DU PROF'

✓ RESTEZ CONCENTRÉS SUR L'OBJECTIF DU JOUR J

✓ PASSEZ PLUS DE TEMPS À CORRIGER LE RENDU VISUEL

✓ ANALYSEZ VOTRE MUSIQUE AVANT TOUT

✓ OPTEZ POUR LE VISUEL CAR SI PETITE ERREUR : ÇA NE SE VERRA PAS !



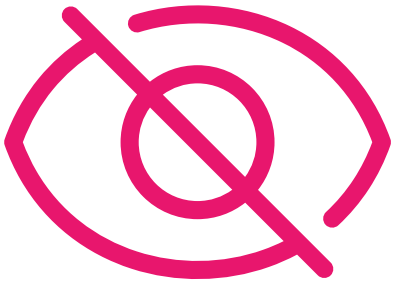
07 DÉTAILS CACHÉS PISTE

ÉCLAIRAGE DE LA PISTE

Posez les questions à votre DJ sur l'éclairage de la piste de danse. Vous pouvez lui imposer avec des exemples d'image plus parlantes. Il est arrivé que certains couples aient eu une piste trop sombre donc la danse était vraiment dans le noir. A l'inverse, trop d'éclairage empêche un moment intime et magique.

FUMEE LOURDE

C'est toujours un vrai sujet cette "fumée lourde". Oui si vous avez un sol pas joli ou si vous voulez habiller votre chorégraphie. Donc pas de techniques de pieds qui ne se verront pas. Cette prestation est payante et non obligatoire. Mais combien de temps ça prend de la mettre ? à quelle moment projeter la fumée ? le savez-vous ?



PHOTO/VIDÉO

Le but d'une/e photographe, c'est d'avoir de beaux clichés / beaux films. Certain(e)s vont sur la piste en passant entre le couple pendant la danse, ce qui peut déstabiliser fortement !! qu'allez-vous décider ?

SOL GLISSANT : JETEZ DE L'EAU À CÔTÉ DE LA PSITE, TAPOTEZ VOS CHAUSSURES POUR HUMIDIFIEZ LES POUSSIERES. VOUS NE GLISSEREZ PLUS !

LES CONSEILS DU PROF'

✓ POSEZ VOS QUESTIONS À VOTRE DJ ET FAITES LUI UN MAIL RÉCAP'

✓ MONTREZ DES EXEMPLES PHOTOS SUR VOS SOUHAITS

✓ POSEZ LES QUESTIONS UTILES POUR LA FUMÉE LOURDE = ANTICIPER

✓ AUCUN DÉTAIL CACHÉ NE DOIT RESTER AU HASARD



08 DISPOSITION DES INVITÉS

AVANT DE TRAITER LE SUJET, DANS QUELLE TEAM ÊTES VOUS AU MOMENT DE LA DANSE ?



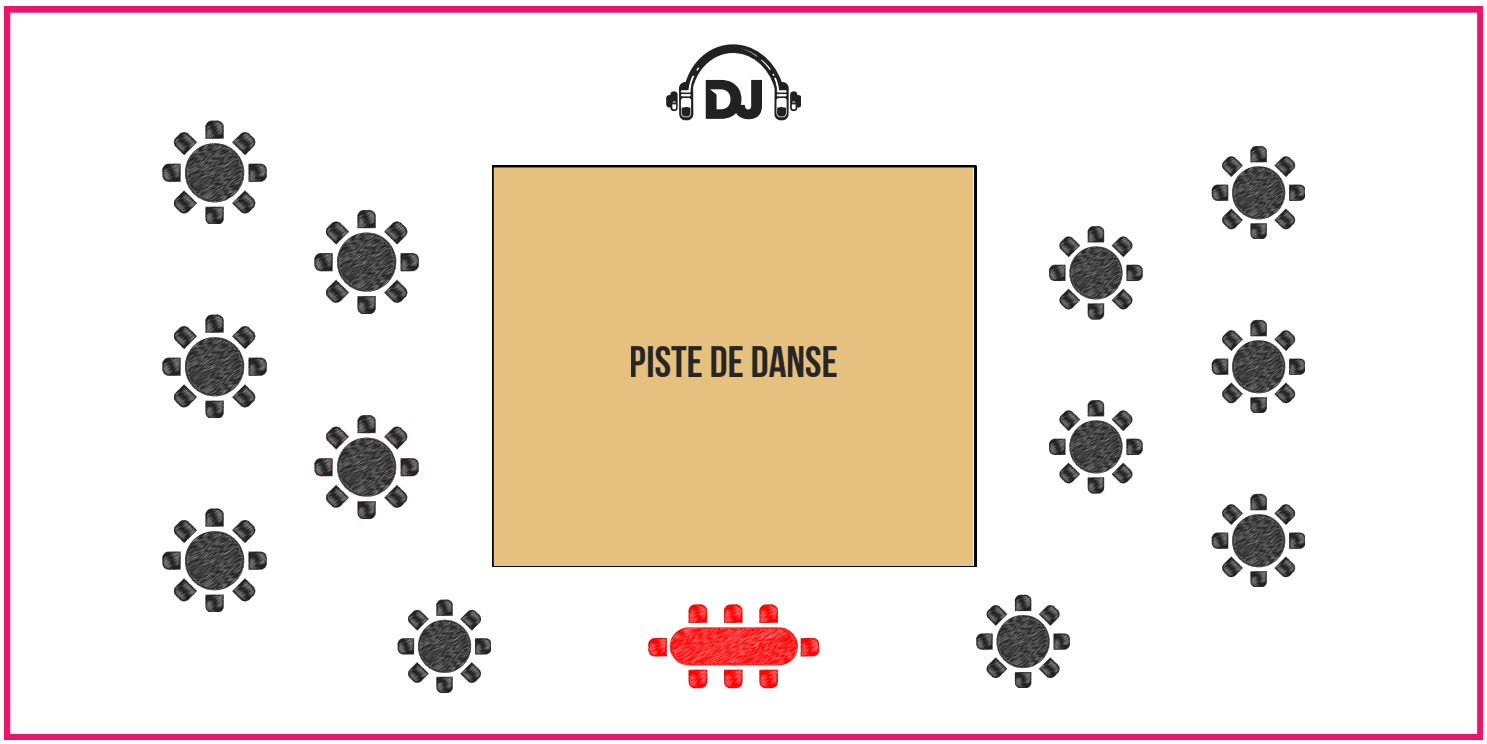
LAISSER LES INVITÉS ASSIS



FAIRE LEVER LES INVITÉS, PROCHES DE LA PISTE



DISPOSITION “2 CÔTÉS”

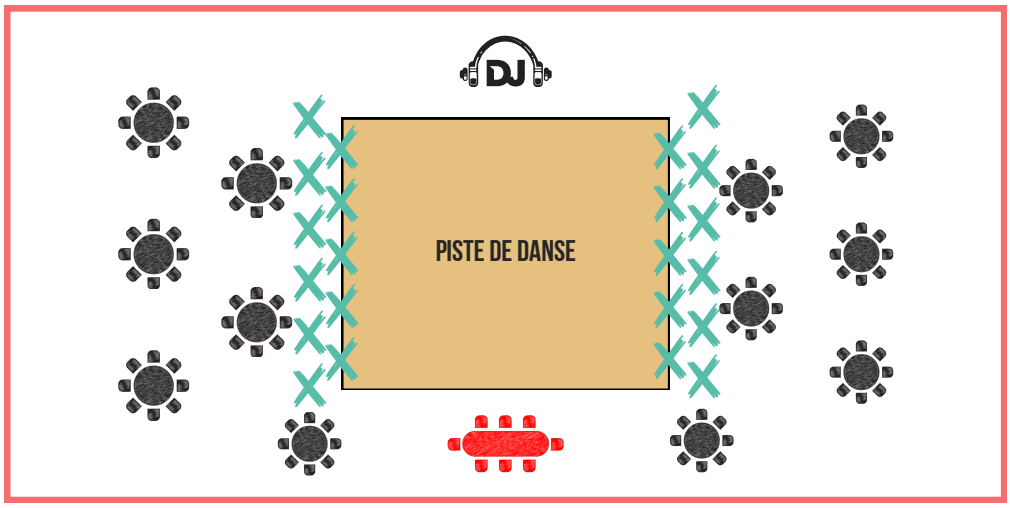


OPTION 1 :

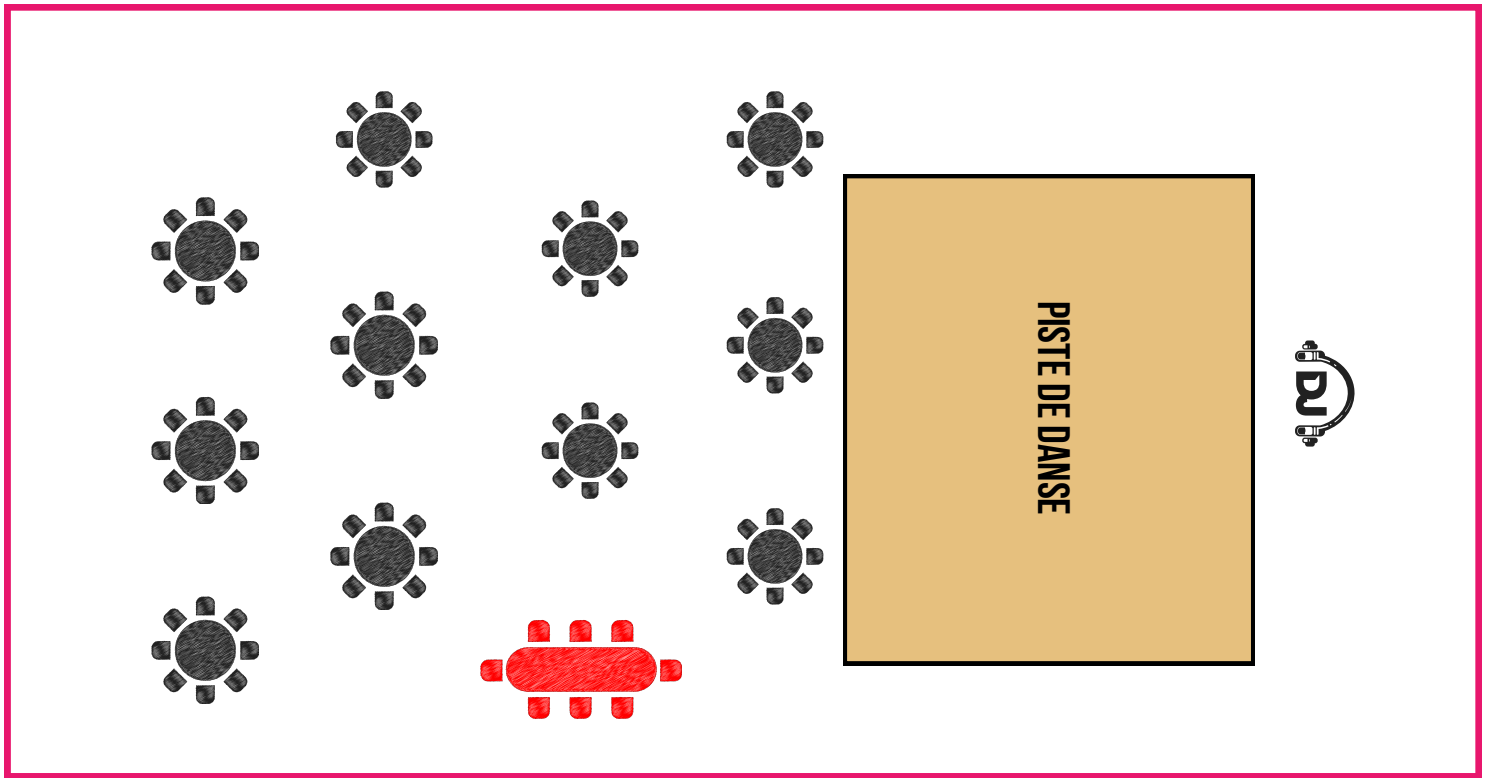
VOUS SOUHAITEZ QUE LES INVITÉS RESTENT ASSIS, IL FAUDRA DANSER DEVANT CHAQUE CÔTÉ, FACE OÙ IL Y A LE PLUS DE MONDE ET CHANGER RÉGULIÈREMENT. DONC NE PAS DANSER DEVANT LA TABLE CAR UNQIUEMENT UNE 10AINE DE PERSONNES...

OPTION 2 :

VOUS FAITES LEVER LES INVITÉS, ILS VONT NATURELLEMENT SE PLACER EN U, IL FAUDRA DANSER DEVANT LA BASE DU “U” POUR UNE VISION À 180°.



DISPOSITION “THÉÂTRE ÉTROIT”

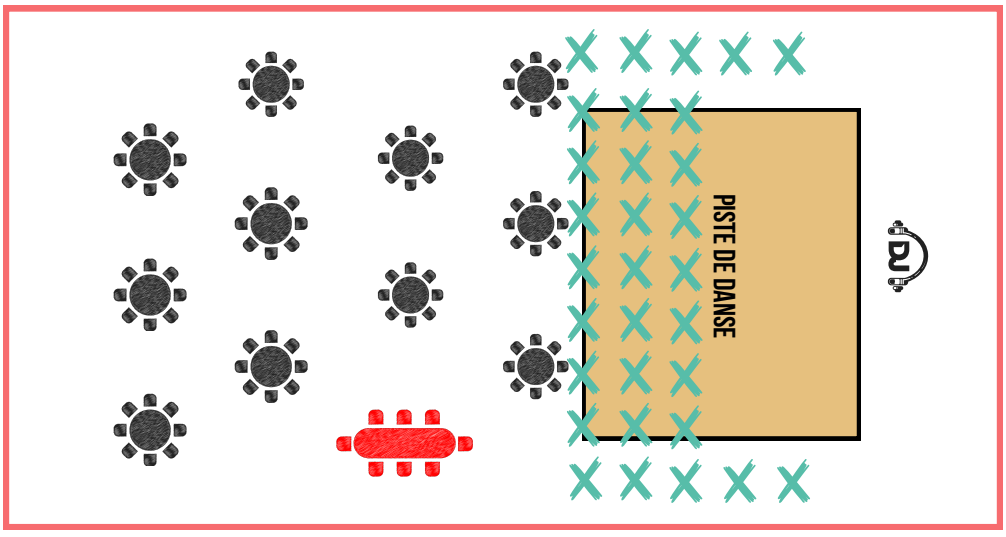


OPTION 1 :

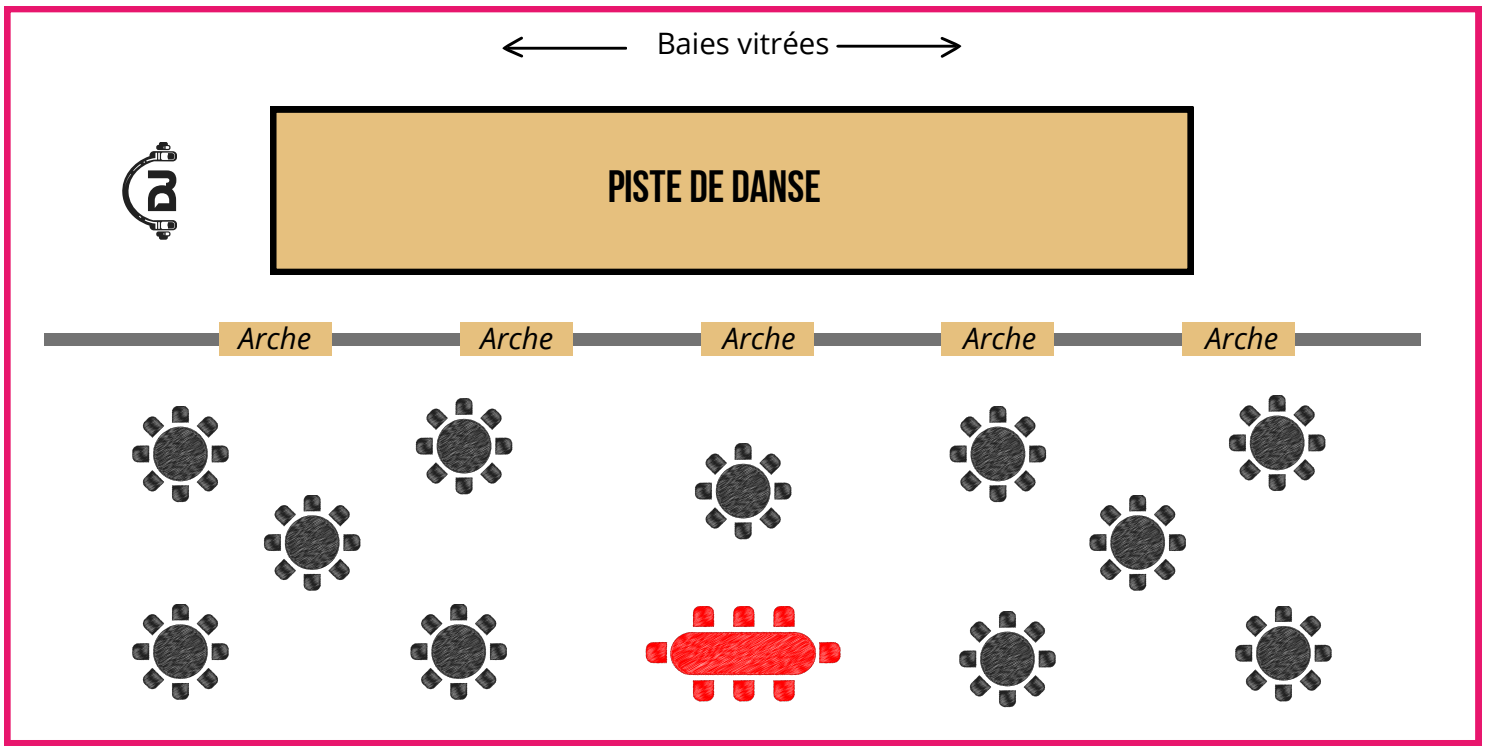
VOUS SOUHAITEZ QUE LES INVITÉS RESTENT ASSIS MÊME SI QUELQUE UNS S’AVANCERONT, IL FAUDRA DANSER FACE AUX TABLES.

OPTION 2 :

VOUS FAITES LEVER LES INVITÉS, IL VONT NATURELLEMENT CRÉER PLUSIEURS LIGNES. IL FAUDRA MANDATER LES TÉMOINS POUR FAIRE AVANCER LES INVITÉS SUR LES CÔTÉS. >> VOUS AUREZ UNE BONNE LARGEUR DE DANSE MAIS UNE PETITE PROFONDEUR !!!

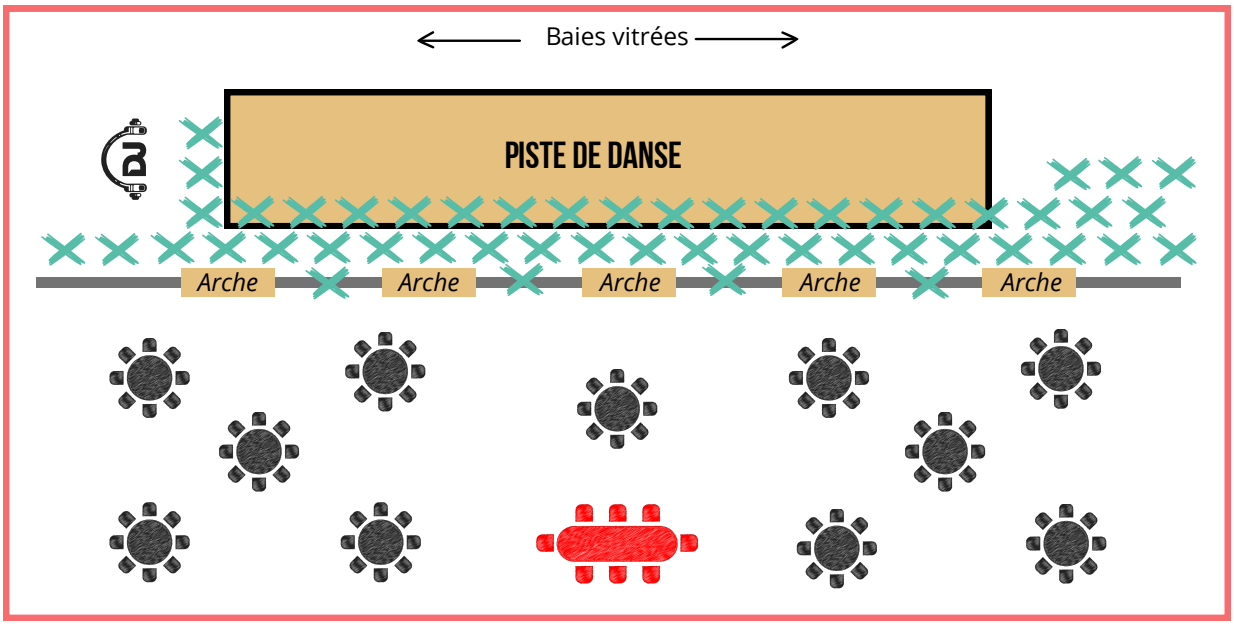


DISPOSITION “THÉÂTRE LARGE”



UNE SEULE OPTION :

VOUS SEREZ OBLIGÉS DE FAIRE LEVER LES INVITÉS POUR REJOINDRE LA PARTIE DANSE, JE VOUS CONSEILLE DE LES PLACER DANS LA LARGEUR, C’EST À DIRE QUE VOUS DANSIER DOS AUX BAIES VITRÉES. SI VOUS DANSEZ DOS AU DJ, VOUS AUREZ FACE À VOUS 15 LIGNES D’INVITÉS DONT PERSONNE NE VERRA RIEN... VOUS AUREZ UNE TRÈS PETITE PROFONDEUR MAIS UNE GRANDE LARGEUR, PENSEZ À ADAPTER VOTRE CHORÉGRAPHIE.



LES CONSEILS DU PROF'

- ✓ ADAPTEZ VOTRE DANSE À LA CONFIGURATION DE VOTRE SALLE ET AU PLACEMENT DES INVITÉS

- ✓ IL N'Y A PAS DE BONNE OU MAUVAISE SOLUTION, IL FAUT SIMPLEMENT RÉFLECHIR À LA DISPOSITION QUI VOUS CONVIENT ET ANTICIPER

- ✓ MANDATEZ LES TÉMOINS POUR VOUS AIDER À PLACER LES CONVIVES



09 REPAS & ALCOOL

REPAS

Souvent, l'Ouverture de Bal se fait tard et après un gros repas, pas facile de danser, surtout si la danse est physique avec des portés par exemple.

ALCOOL

Faut-il boire un peu, moyen ? Tous les couples se posent cette questions. Certains se restreignent d'autres veulent profiter. Il faudra quand même acter sur ce point qui peut être dérangeant pour l'un des 2 pour assurer l'ouverture de bal.



SI VOUS ÊTES DES MANGEURS ET BUVEURS, LE MEILLEUR MOYEN EST DE TESTER VOTRE DANSE APRÈS UN GROS REPAS ALCOOLISÉ ENTRE AMIS/FAMILLE POUR VOUS RENDRE COMPTE. VOUS VERREZ À CE MOMENT LÀ.

LES CONSEILS DU PROF'

- ✓ ADAPTEZ VOTRE DANSE EN FONCTION DE VOTRE DEGRÉ DE "PROFITAGE PENDANT LE REPAS"
- ✓ MANGEURS & BUVEURS = CHORÉGRAPHIE SIMPLE À RETENIR ET FACILE TECHNIQUEMENT
- ✓ SI VOUS FAITES DES PORTÉS, VÉRIFIEZ QUE VOUS SEREZ CAPABLE DE FAIRE !



10 PRÉVOIR LES IMPRÉVUS

TROU DE MÉMOIRE

Avec le stress, il est facile d'oublier la suite de votre chorégraphie. *Ne vous arrêtez pas !* Message pour la danseuse : si le danseur est perdu, laissez le faire...

ENFANT SUR LA PISTE

Il peut arriver qu'un enfant vienne sur la piste pendant que vous danserez. *Ne vous arrêtez pas !* Pas de panique, un parent va l'enlever rapidement.

PROBLEME MUSIQUE

Un problème de son ou coupure peuvent survenir... *Ne vous arrêtez pas !*



UNE FOIS LA MUSIQUE LANCÉE, NE VOUS ARRÊTEZ SOUS AUCUN PRÉTEXTE. LES PETITES ERREURS SE RESSENTENT FORTEMENT MAIS NE SE VOIENT PAS.

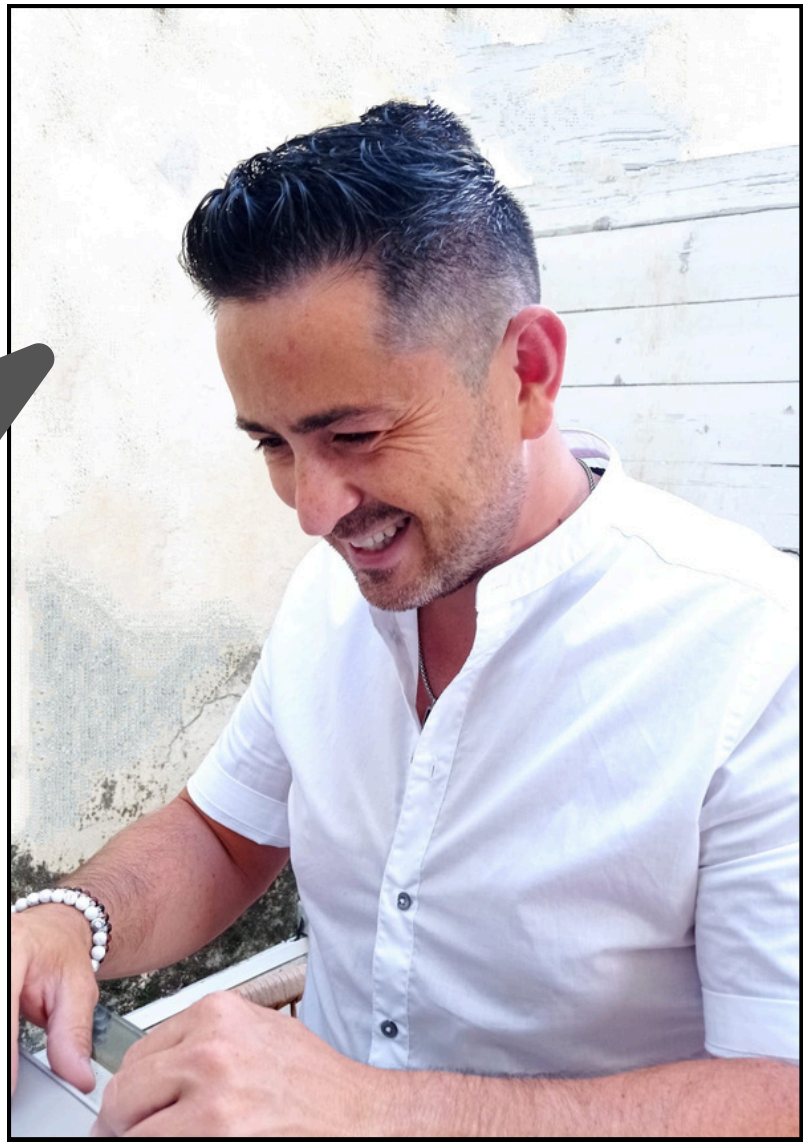
LES CONSEILS DU PROF'

- ✓ PRÉVOYEZ UN PLAN B EN CAS DE TROU DE MÉMOIRE : SLOW AVEC 2 OU 3 TOURS LE TEMPS DE REVENIR DANS LA CHORÉGRAPHIE

- ✓ SE TROMPER DURE SEULEMENT 2/3 SECONDES, ON NE LE VOIT QUE SI VOUS VOUS ARRÊTEZ !

- ✓ ON PRÉFÈRE UN COUPLE QUI SE TROMPE EN RIGOLANT PLUTÔT QU'EN FAISANT UNE TÊTE AGACÉE





“Merci de votre temps, j’espère que mon guide vous a plu. J’ai eu grand plaisir à le préparer pour vous aider à mieux danser.

Anthony

- Expert Mariage

⭐ Google : 189 avis (4,9/5) | ⭐ Mariages.net : 234 avis (4,9/5) | 📺 Vu sur