



GROUPEMENT DE LA RETRAITE SPORTIVE
du MACONNAIS
200 Rue de Paris - 71000 MACON
www.grsdumaconnais.org

CHARTRE DE L'ACTIVITE DANSEE EN LIGNE COUNTRY

Préambule : Cette chartre est édictée en référence et en complément aux Statuts et Règlement Intérieur du club GRS « Groupement de la Retraite Sportive du Maconnais » en vigueur, disponibles sur le site du G.R.S / Onglet : Association / Cadre : Statuts et Règlement Intérieur.

ART 1 : DESCRIPTION DE L'ACTIVITE

La danse en ligne Country est une danse de divertissement sans compétition. Danser ensemble sur la même musique rapproche les adhérents et procure des moments de convivialité.

Elle est un mouvement harmonieux qui obéit à un rythme. Elle n'est pas de la gesticulation désordonnée, elle obéit à des règles : le respect du chorégraphe, de la musique, du groupe qui se déplace dans un espace délimité.

Evidemment, cet ensemble de règles s'ajoute aux règles du savoir-vivre, de la bienséance, du respect des uns et des autres.

La danse en ligne Country se danse individuellement en lignes et en colonnes. Elle se pratique en répétant plusieurs fois les mêmes combinaisons de pas. Les chorégraphies de 32,48 ou 64 temps se dansent sur 1, 2 ou 4 murs.

La danse en ligne country c'est établir un programme annuel qui se base sur le pot commun régional et national, c'est choisir les chorégraphies dansées dans les bals country.

Il y a 4 styles de danses pour le chorégraphe :

- ✓ Le Smoot: West Coast Swing, Two Step, Night Club et Triple Two.
- ✓ Le Lilt: East Coast Swing, Polka.
- ✓ Le Rise and Fall: Waltz.
- ✓ Le Cuban: Cha cha, Rumba, Samba.

Art. 2 : ROLE ET RESPONSABILITES DES ANIMATEURS

L'animateur est un bénévole licencié de la FFRS et formé par l'association. Il est l'organisateur et assure le bon déroulement de la séance qu'il dirige. Il fait respecter les règles pour une bonne dynamique de groupe.

Arrivé 15 mn avant les danseurs, il ouvre les volets, installe l'enceinte et l'ordinateur, prépare la feuille de présence, écrit les danses sur un petit tableau. Avant de commencer la séance l'animateur :

- Vérifie le pointage sur la liste de tous les adhérents et des animateurs présents.
- Enlève tout objet encombrant sur le sol (table, chaise, bouteille d'eau).
- S'assure que les chaussures qui doivent être changées et les sacs de sport ne gênent pas le déplacement des danseurs (éviter de les mettre vers les radiateurs). Il est recommandé que le talon des chaussures pour danser ne dépasse pas 5 cm.
- Ouvre la fenêtre pour une bonne ventilation de la salle.
- Demande la mise en mode silencieux des portables.
- Annonce les manifestations, les vacances scolaires pendant lesquelles il n'y a pas de cours.

A la fin de la séance, il range l'enceinte, le tableau des danses et la liste de présence dans le placard de la salle fermé à clés. Il vérifie que la salle est remise en ordre et que rien n'est laissé. Le responsable d'activité emmène l'ordinateur, en cas d'absence à la prochaine séance, il le confie à l'animateur.

L'animateur enseigne la chorégraphie qu'il aura mémorisée selon le programme préparé par le responsable d'activité. Il en prend connaissance par la réception de son mail expédié une semaine avant la séance.

Un cahier d'absences est à disposition afin de préciser les dates d'absences connues. En cas d'absence non prévue et en fonction des aléas de la vie, il doit IMPERATIVEMENT prévenir le responsable d'activité et rechercher dans la mesure du possible un autre animateur pour le remplacer.

Art. 3 : ENCADREMENT ET FORMATION

Pendant sa période de formation, le nouvel animateur est accompagné par un tuteur (le responsable d'activité ou un autre animateur) jusqu'à la validation de son M2. Il apprend à utiliser le matériel qu'il met en place, l'enceinte et l'ordinateur. Il commence l'animation avec des danses simples de 32 temps.

Art. 4 : LIEU ET PLANNING DE L'ACTIVITE

Les cours sont animés en salle avec un minimum de 4 animateurs.

Les lieux et horaires et conditions sont indiqués sur le Site G.R.S / Onglet : Activités Dansées.

1^{ère} ANNEE : le Vendredi de 10h45 à 11h45 :

Ce cours s'adresse aux personnes qui n'ont jamais pratiqué la danse en ligne. Ce niveau sert à découvrir le vocabulaire de la danse en ligne country consultable sur le site du GRS à l'aide du bouton les principaux pas de danse. Les danses apprises sont simples et l'évolution nécessite une pratique qui dure 1 an, sauf exception par décision de la responsable de l'activité.

Le cours de 1^{ère} année sera assuré toute l'année.

2^{ème} ANNEE : le Vendredi de 09h15 à 10h40 :

Ce niveau permet d'approfondir les bases techniques et de découvrir de nouveaux pas un peu plus complexes. Les danses apprises évoluent avec l'intégration des restarts et tags. Selon le désir de chacun la mise en pratique dans les bals country est possible.

Les personnes suivent ce cours pendant une durée maximum deux années avant de rejoindre celui du Mercredi ou Jeudi. Seules les personnes âgées de 76 ans et plus peuvent rester dans ce cours sans limite de durée.

4^{ème} ANNEE : le Mercredi ou Jeudi de 09h15 à 10h45 :

Ce cours est proposé aux personnes qui souhaitent évoluer et découvrir des chorégraphies un peu plus complexes. Il est nécessaire de maîtriser les bases de la danse en ligne country. Conseillé aux personnes qui continuent leur apprentissage avec l'entretien des acquis. Vous découvrez de nouveaux jeux de pieds, les danses sont plus longues (48, 64 temps), les musiques plus rapides.

Art.5 : DEROULEMENT DE LA SEANCE

Pour s'orienter dans l'espace, les danseurs doivent repérer le changement des 4 murs.

Au début de la séance, les danseurs forment des colonnes et des lignes face au 1^{er} mur appelé 12 h. L'animateur qui enseigne la chorégraphie se place devant le groupe, la danse va démarrer sur ce mur. Pour un bon encadrement des danseurs la place du 2^{ème} animateur est à l'extérieur du groupe sur le côté au mur de 3 h, celle du 3^{ème} animateur est derrière le groupe au mur de 6 h et le 4^{ème} animateur se positionne sur le côté à l'extérieur du groupe au mur de 9 h.

Un changement des animateurs présents est assuré pour expliquer les danses programmées.

Sur les 5 danses prévues, la 1^{ère} pour l'échauffement et la 5^{ème} pour le retour au calme sont d'un niveau simple avec un rythme lent.

Chaque chorégraphie est répétée minimum 2 fois. Des pauses sont effectuées pour prendre le temps de s'hydrater.

Le danseur qui éprouve une grosse difficulté physique ou technique doit en informer le responsable d'activité. Il pourra l'orienter vers le niveau qui lui correspondrait le mieux afin de continuer à danser avec plaisir.

L'adhérent doit respecter le jour qu'il a choisi au moment de son inscription, ou prévenir le responsable d'activité pour un changement exceptionnel.

Art.6 : MATERIEL

Le GRS met à la disposition de l'animateur un ordinateur, une enceinte, un micro portatif et un micro main. Il est autorisé au responsable d'activité l'achat de musiques sur internet pour compléter le répertoire des chorégraphies.

Art.7 : ROLE DU RESPONSABLE D'ACTIVITE

- Assister à la porte ouverte pour informer des nouveaux adhérents.
- Préparer le programme des différents cours et l'envoyer à tous les animateurs.
- Transmettre les informations reçues par le bureau.
- Assister aux réunions ou déléguer en cas d'absence.
- Communiquer avec le Webmaster pour l'affichage des programmes, des fiches de chorégraphies et des vidéos sur le site du GRS.
- Favoriser la cohésion d'équipe avec les animateurs.

Le responsable d'activité réunit 1 fois par mois le jeudi de 10h45 à 12 h les animateurs sans la présence des danseurs. Divers sujets sont abordés :

- ✓ L'apprentissage ensemble d'une nouvelle chorée qui sera enseignée dans les cours.
- ✓ Une aide relative au bon fonctionnement de la sono et de l'ordinateur.
- ✓ Suggérer une idée.
- ✓ Propositions de solutions pour gérer la divergence d'opinions afin d'éviter les conversations conflictuelles.

Art.8 : PROCEDURE A TENIR EN CAS D'ACCIDENT

Les animateurs ne sont pas habilités à donner des soins ou des médicaments. Seuls les premiers gestes appris en PSC1 peuvent être prodigués.

En cas d'accident, pour le déclarer, l'adhérent doit aller sur le site de l'assurance wtw montagne avec le lien qui se trouve sur sa licence www.grassavoie-montagne.com/?dashboard=ffrs (s'il ne l'a pas, cette dernière peut être retrouvée à tout moment sur l'espace adhérent FFRS créé au moment de l'inscription, onglet ma licence/mes assurances).

Ensuite, sur la première page du site **wtw**, il faut cliquer sur "déclarer votre sinistre", puis sur "l'assuré est licencié/membre d'une fédération", choisir la fédération concernée (FFRS), entrer son numéro de licence et sélectionner **le bon club**.

Enfin, se laisser guider pour remplir la déclaration.

Le Responsable d'Activité informe le Secrétariat du G.R.S de tout incident ou accident.

Art.9 : RESPECT DE LA CHARTE

Tout pratiquant qui ne respecterait pas les dispositions de ce règlement ou les consignes de l'animateur s'expose à une exclusion éventuelle et de ce fait exonère la responsabilité de l'animateur et du club. Voire suite à une demande du Responsable d'Activité et après accord du Bureau à une exclusion définitive de cette activité

Cette charte a été approuvée par le Comité Directeur en date du 02/04/2025 et s'impose donc à toutes et tous.

Fait à Mâcon le, 02/04/2025.

Pour le Comité Directeur du GRS,
Le Président
Philippe Duval

La Responsable de l'Activité
Laurie Savier

