



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Culture

Commission nationale des programmes
de l'enseignement musical

PROGRAMME D'ETUDE **DANSE CONTEMPORAINE**

Texte coordonné

Mai 2012

La Commission nationale des programmes :

au 6 mars 2014

Président :

M. Marc Jacoby

Commissaire à l'enseignement musical :

M. Pol Schmoetten

Membres effectifs :

Mme Colette Flesch
M. Marc Juncker
M. Marc Meyers
M. Paul Scholer
M. Adrien Théato
M. Marc Treinen

Membres suppléants :

M. Serge Bausch
Mme Mireille Colbach-Cruchten
M. Steve Humbert
M. Gilles Lacour
M. Paul Origer
M. Blaise Stelandre
M. Jean-Claude Thilges

Le groupe de travail « Danse » :

Président :

M. Marc Meyers

Membres :

Mme Patricia Ierace
Mme Sieglinde Nies-Lleida
Mme Danièle Pater
Mme Laurence Scassellati

Table des matières

Division inférieure 1 ^{er} cycle	p. 3
Division inférieure 2 ^{ème} cycle - 1 ^{ère} mention	p. 9
Division moyenne et division moyenne spécialisée - 1 ^{er} Prix	p.14
Division supérieure.....	p.21



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Culture

Commission nationale des programmes
de l'enseignement musical

DANSE

Division inférieure
1^{er} cycle

Mars 2007

Compétences souhaitées en fin de cycle
Programme d'examen

COMPETENCES SOUHAITEES

1. Développement physique harmonieux
2. Compréhension des mouvements qui à ce niveau sont lents et décomposés
3. Prise de conscience du schéma corporel dans le temps et dans l'espace
4. Coordination des pas appris avec les mouvements de tête et de bras correspondants
5. Maîtrise au niveau technique correspondant des relations :

corps/espace	développement de la sensibilité pour l'espace dans lequel l'élève évolue directions principales, épaulement croisé
corps-poids	travail de l'équilibre, notion correcte de la tenue du pied à plat en rapport avec la hanche et le genou – travail de l'en dehors plus strict (pour la danse classique)
corps/dynamique	étude des différentes relations de force
6. Rapport des dynamiques gestuelles et sonores
7. Reconnaissance de différents rythmes de danse (polka, valse, menuet etc.)
8. Rapport entre les musiques de danse et leurs pas correspondants
9. Application en pratique des connaissances théoriques acquises en formation musicale (valeur des notes, mesures, cellules rythmiques, nuances, silences etc.)
10. Jeux et improvisations
11. Apprentissage de danses d'ensemble

PROGRAMME D'EXAMEN de fin de cycle

Danse classique

Un programme d'une vingtaine de minutes à choisir parmi les exercices suivants :

Exercices à la barre

- Placement du corps : 5 positions des pieds
- Demi plié et grand plié dans toutes les positions avec port de bras
- Battement tendu en croix avec port de tête et de bras, du plié et fermé sur plié, posé en 2^{ème} ou 4^{ème} position, avec des rythmes différents
- Battement jeté en croix avec port de tête et de bras, fermé sur plié, piqué (pointé), éventuellement à la seconde avec bras, avec différents rythmes
- Rond de jambe par terre en dehors et dedans, du plié (décomposé, demi rond, suivi tempo lent) combiné avec penché en avant et de côté, éventuellement cambré en arrière
- Battement soutenu à terre
- Battement fondu à terre
- Battement frappé simple en croix, double sur le côté
- Petit Battement sur le cou de pied décomposé
- Relevé lent en croix
- Passé développé en avant et de côté, en arrière éventuellement avec une main à la barre
- Travail préparatoire pour rond de jambe en l'air face à la barre, uniquement passé
- Grand battement décomposé en croix
- Relevé sur demi pointes dans toutes les positions
- Demi-détourné

Exercices au milieu

- Les exercices de la barre sont repris au milieu
- Les positions des pieds
- Demi plié et grand plié (exception pour le grand plié en 4^{ème} position)
- Les épaulements position croisée/position effacée
- Battement tendu en croix et dans les épaulements
- Battement jeté de la 1^{ère} en 2^{ème} position
- Toutes les positions des bras
- 1^{er} port de bras (Vaganova)
- 2^{ème} port de bras (Vaganova)
- Temps lié par terre en avant et de côté
- Pas de bourrée dessous, ouvert à la seconde
- 1^{ère} et 2^{ème} arabesque à terre, éventuellement 3^{ème} et 4^{ème}

Les sauts

- Sauté (soubresaut) dans toutes les positions
- Echappé en 2^{ème} position
- Changement de pied
- Glissade de côté et en avant
- Assemblé de côté à la barre
- Sissonne simple à la barre
- Pas de galop
- Pas de polka, aussi en tournant
- Pas de valse
- Pas de polonaise
- Pas de mazurka

Danses en groupe

Danse contemporaine

Un programme d'une vingtaine de minutes à choisir parmi les exercices suivants :

- Exercices au sol (1^{ère}, 2^{ème}, 3^{ème} et 5^{ème} position/jambes allongées)
- Travail du dos (souplesse et relâché)
- Exercices de respiration
- Exercices au milieu :
 - demi plié et grand plié en 1^{ère} et 2^{ème} positions (parallèle et en dehors)
 - port de bras et équilibre
 - travail du pied parallèle et en dehors (tendu, jeté)
 - rond de jambe à terre en dehors et en dedans
 - balancé
- Placement du corps :
 - nombre réduit de segments en jeu et en position statique
 - prise de conscience de la ceinture pelvienne et de la ceinture scapulaire
 - coordination de deux segments
 - étude de l'orientation du corps dans un espace donné
 - équilibres divers
- Impulsions simples et projectives de petite amplitude
- Impulsions rotatives simples
- Tour entre les posés, posés tournés, tour simple
- Etude de différentes marches
- Triplet
- Sauté en 1^{ère} et 2^{ème} positions (parallèle et en dehors)
- Echappé en 2^{ème} position

- Changement de pied
- Assemblé
- Jeté
- Chassé
- Travail sur la force, le temps et l'espace
- Accentuation des mouvements de segments libres (lancé ou legato)
- Etude de la relation expressive entre la danse et la musique
- Formes musicales/différents styles de musique
- Improvisations à thème et sur des musiques données

Danse jazz

Un programme d'une vingtaine de minutes à choisir parmi les exercices suivants :

Contenu

- Combinaison d'échauffement et pliés
- Exercice de jambes (battements tendus & jetés – ronds de jambes – battements cloches)
- Combinaison de petits battements et petits sauts
- Isolations et dissociations en déplacement
- Tours
- Déplacement
- Variation

Détails des exercices

1.

a) Echauffement :

- travail de dos (enroulé, déroulé, dos plat, « release », « bounce », inclinaison latérale)
- travail de jambes (étirement, travail des appuis avec changement de poids du corps), dans les positions suivantes : « first » (première), « second » (seconde) et « wide second » (grande seconde).

b) Pliés :

- demi plié en 1^{ère}, 2^{ème} et 3^{ème} positions en dehors (l'utilisation des positions parallèles équivalentes est facultative)
- grand plié dans les mêmes positions en dehors (pas en parallèle)

c) Bras :

- toutes positions de bras classiques combinées avec des positions jazz (pour la terminologie se référer aux dessins des pièces jointes)

2.

- a) Battements tendus et jetés :
 - en parallèle et en dehors dans les directions devant, côté et derrière
- b) Ronds de jambes :
 - en position en dehors (parallèle facultatif)
 - en dehors et en dedans
- c) Battements cloches :
 - directions devant et côté
- d) Eléments supplémentaires :
 - les transitions entre les différentes parties de l'exercice sont au choix de l'enseignant
 - les positions de bras doivent être jazz (au choix de l'enseignant)

3.

- a) Grands battements :
 - en position en dehors et dans les directions devant, côté et derrière
- b) Petits sauts :
 - en en dehors, soubresaut, échappé – fermé en 1^{ère} et en 3^{ème} position, sissonne, changement de pied
 - en parallèle, soubresaut en 1^{ère}, assemblée et saut d'un pied sur l'autre (petits jetés)

4.

- a) Isolations :
 - tête, épaules, buste, bassin (en inclinaison, rotation et translation)
- b) Dissociations :
 - combinaison de plusieurs isolations au choix de l'enseignant

5.

- a) Tours :
 - un tour jazz (sur jambe de terre pliée avec pied en quart de pointe et bras en première position jazz)

6.

Combinaison de toutes sortes de marches (sur plié et tendue, sur relevé, en changeant d'orientation...) et de pas de transitions (pas de bourrée croisé devant et/ou derrière, pas de pivot, chassé, « step-ball-change », ...), au choix de l'enseignant

7.

Tempo : de modéré à allegro

Musique et style de danse : au choix de l'enseignant



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Culture

Commission nationale des programmes
de l'enseignement musical

DANSE CONTEMPORAINE

Division inférieure
2^{ème} cycle
1^{ère} mention

Avril 2010

Compétences souhaitées en fin de cycle
Programme d'examen

COMPETENCES SOUHAITEES

1. Développement physique harmonieux, maîtrise et flexibilité du corps.
2. Aptitude à coordonner des mouvements et exercices plus complexes qu'en 1^{er} cycle.
3. Expressivité du corps au travers des mouvements et dans l'espace.
4. Notion plus vaste de l'intention du mouvement.
5. Maîtrise technique de tous les éléments travaillés :
 - précision et qualité du mouvement
 - amplitude du mouvement
 - maîtrise du relâché, du déséquilibre et de la reprise de l'équilibre (fall and recover)
 - conscience du moteur de chaque mouvement (poids, dynamique...)
6. Travail précis des accents dans le mouvement dansé.
7. Emploi de la musique et de ses éléments :
 - créativité
 - vitesse
 - fluidité
 - accents
8. Création chorégraphique en collaboration professeur-élève (variation personnelle).

PROGRAMME D'EXAMEN de fin de cycle

Programme d'examen de fin de cycle d'une trentaine de minutes à choisir parmi les exercices énoncés :

1. VOLET TECHNIQUE

Détail des exercices

I. Exercices au sol

Dans les 1^{ère}, 2^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} positions avec jambes croisées et avec jambes pliées :

- spirales, flexibilité du dos (enroulé et déroulé du dos)
- ouverture du sternum (arche)
- contract, release

Exercices de respiration

Conscience corporelle

Contacts avec le sol (points d'appui)

Roulades simples

Exercices d'assouplissement, étirements divers

II. Exercices au milieu

a) Pliés

- Demi et grands pliés en 1^{ère}, 2^{ème}, 5^{ème} (voire 3^{ème}) position, demi plié en 4^{ème} position (simples et avec implication du dos)
- Ports de bras et équilibre

b) Travail du pied en parallèle et en dehors

- Repousse du sol
- Flex
- Relevés etc...

c) Battements tendus, jetés, fondus

En parallèle et en dehors, dans les directions devant, côtés, derrière, simples, avec implication du dos et d'un segment.

d) Ronds de jambes à terre

- Demi-ronds de jambe et ronds de jambe complets, en dehors et en dedans, au sol et à 45 degrés, simples et avec implication du dos.

e) Grands battements

- En dehors, devant, côté, derrière (devant éventuellement en parallèle)

f) Adagio

- retirés en parallèle, en dehors
- développés dans les directions devant, côtés, derrière
- attitude, arabesque
- équilibre, équilibre off balance
- rotations
- tour promenade

g) Rotations

Compréhension de l'axe de rotation du corps

- tour simple avec retiré en parallèle : en dehors et en dedans (éventuellement double)
- tour simple avec implication du dos
- tour avec contraction
- déboulés
- tours piqués

h) Sauts

- soubresaut en 1^{ère}, 2^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} position, avec diverses orientations dans l'espace
- changement de pied
- échappé
- petits jetés (d'un pied sur l'autre)
- sauts avec déplacement : petites et grandes sissonnes
- temps levé
- saut avec battement
- hopping

i) Chutes simples

- travail sur la gravité
- fall and recover
- releasing

j) Marches, triplets

- dans diverses directions, simples et en tournant (avec rotation)
- avec coordination des bras
- avec différentes dynamiques

k) Déplacements

- diagonales
- enchaînements variés

l) Travail de la danse contact

2. VOLET ARTISTIQUE

Improvisations guidées à thèmes sur musiques données (seul ou en groupe)

- étude du sens et de la qualité du mouvement
- travail plus élaboré sur le support sonore en rapport avec la danse
- durée d'une minute trente secondes

Variation

- musique et style choisis par le professeur d'une durée maximale de 3 minutes 30 secondes.



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Culture

Commission nationale des programmes
de l'enseignement musical

DANSE CONTEMPORAINE

Division moyenne spécialisée
1^{er} Prix
et
Division moyenne

Avril 2010

Compétences souhaitées en fin de cycle
Programme d'étude
Programme d'examen

COMPETENCES SOUHAITEES

1. Maîtrise du déséquilibre dans le transfert du poids du corps, changements de niveau d'orientation et de dynamique du mouvement
2. Conscience du corps et maîtrise de l'énergie
3. Amplitude du mouvement
4. Maîtrise de la circulation du mouvement dans toutes les parties du corps en combinaisons variées
 - Fluidité
5. Musicalité : accents, crescendo, decrescendo
6. Capacité d'exécuter des combinaisons complexes avec changement de direction, d'orientation, de niveau
7. Intention, expressivité dans les mouvements
8. Utilisation de l'espace
9. Capacité d'anticipation de l'action
10. Emergence de la personnalité de l'élève au travers des variations
 - Créativité
 - Capacité d'analyser une danse avec ses diverses qualités

PROGRAMME D'ETUDE

1. Travail au sol

On retrouve tous les éléments abordés au cycle précédent avec des situations plus complexes

- exercices de respiration
- concentration sur les points de contacts au sol (points d'appui)
 - changement de point d'appui
 - équilibre sur divers points d'appui
- analyse (dès le travail au sol) du point de départ du mouvement et de son développement
- contract, release
 - contraction moteur d'un mouvement
- spirales, flexibilité (du dos)
- exercices d'assouplissement, étirements divers
- travail sur les genoux
- préparation aux chutes

2. Travail au milieu

- conscience des points d'appui au sol
- enroulé, déroulé du dos, spirales, torsion, arche, port de bras, translation du buste, étirement de la colonne vertébrale
- travail en rapport avec le poids des segments
- transfert du poids du corps

a) Pliés

demi et grands pliés en 1^{ère}, 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème}, 5^{ème} position accompagnés de spirales, nouveaux éléments tels chute, équilibre, déséquilibre
avec implication du dos, courbes
décalés, port de bras
balancés et petits sauts

b) Travail du pied

- en dehors, en dedans
- tactilité du pied dans les actions
 - brosser, relever, piquer, taqueter, glisser, repousser
- flexion
- travail du pied en connexion avec d'autres parties du corps
- rotation

c) Battements tendus, jetés, fondus

A l'exécution des battements s'ajoutent :

- nouvelles directions
- changements d'orientation sur place ($\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ tour) et en déplacement
- impulsions diverses
- relâchés, reprise (fall and recover)
- spirales, épaulements
- se pratiquent avec d'autres éléments
- tempis et accents variés

d) Ronds de jambe à terre

- demi-ronds et ronds de jambe complets avec implication du dos
- travail du talon = changement d'orientation
- rotations simples, détournés (dans les exercices)

e) Grands battements

- simples, toutes directions
- avec relevé, avec piqué
- avec fouetté
- battements cloches terminé équilibre
- en tilt
- avec changement d'orientation
- en déplacement

f) Adage

- tous les développés
- grands ronds de jambe en l'air (enchaînés avec des relâchés et des reprises)
- enchaînements avec des chutes (ex. glissés)
retrouver le contact avec le sol remonter,
rebonds.....
- rotations
- tour de promenade en attitude, arabesque,
avec fouetté de la jambe à grande hauteur

g) Rotations

- tours en retiré (parallèle, ouvert)
en dehors en dedans doubles
- tour attitude devant derrière,
- tour arabesque (simple, double)
- tour avec contraction

Les tours peuvent être abordés avec des spirales

- enchaînement de deux rotations
- déboulés (bras divers, tours piqués)
- tours sautés
- tours planés

h) Sauts

Sauts avec flexion, inclinaison, extension du buste en l'air

- petits sauts
- grands sauts :
 - grand jeté, grand jeté attitude
 - temps levé avec grand battement seconde
 - entrelacé
 - fouetté arabesque
 - saut avec contraction
- enchaînements de sauts avec passage au sol
- réception de saut sur pied avec équilibre maîtrisé
- tours en l'air

i) Chutes

- grandes chutes
- enchaînements avec chutes, reprise de l'équilibre,
contact avec le sol, remontée, rebonds
- utilisation de la notion de poids

j) Reprises des marches
des triplettes

- avec éléments plus complexes
ports de bras, directions, spirales (chutes, rotations et sauts)
- dynamiques différentes
- changements d'orientation

k) Déplacements

l) Travail avec partenaire, en groupe

- portés avec partenaire
- conscience du corps du partenaire et de son énergie
- improvisation
- utilisation de l'espace

m) Improvisation sur des thèmes divers, des musiques variées, des éléments techniques,
des sentiments et des concepts

Importance de la nuance dans le mouvement des accents spécifiques, de l'utilisation de la musique

expression du mouvement à travers le corps, les segments du corps

PROGRAMME D'EXAMEN de fin de cycle

Volet technique

1. Division moyenne spécialisée

- Enchaînement avec chutes, sol, etc...
- Enchaînement adagio, tours, utilisation de l'axe, équilibre, déséquilibre
- 2 Déplacements de styles différents incluant des sauts, des tours, etc...

2. Division moyenne

- Enchaînement au sol
- 2 exercices au milieu incluant des tours, des sauts
- 2 déplacements de styles différents

Volet artistique

Division moyenne spécialisée et moyenne

- Chorégraphie imposée de plus ou moins 3 minutes
- Composition personnelle de plus ou moins 3 minutes
(seul, en duo ou en groupe)



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Culture

Commission nationale des programmes
de l'enseignement musical

DANSE CONTEMPORAINE

Division supérieure

Texte coordonné

Mai 2012

**Compétences souhaitées
Programme d'étude
Programme d'examen**

COMPETENCES SOUHAITEES

Compétences techniques

- Mêmes exigences que pour le 1^{er} Prix avec un niveau technique plus élevé et une maîtrise plus grande des diverses dynamiques et vitesses

Compétences artistiques

- Rendre toutes les qualités de mouvements demandées au travers de la technique
- Être apte à saisir rapidement les demandes des chorégraphes et de s'adapter à divers styles

L'élève danseuse (danseur) doit servir une chorégraphie avec toutes les qualités et la virtuosité demandées et faire ressortir sa maîtrise des éléments et sa personnalité propre.

PROGRAMME D'ETUDE

Tous les éléments acquis pour le 1^{er} Prix sont repris dans des enchaînements plus complexes et avec augmentation des difficultés.

Toujours le travail sur l'alignement postural au sol, position assise, debout et en mouvement.

Travail sur l'utilisation de la respiration comme initiateur du mouvement.

Sol

Utiliser le sol avec la maîtrise sensible du mouvement

- roulades jambes pliées, tendues une après l'autre
- roulade en rond passant par les deux épaules
- équilibres sur les bras avec retour au sol sur le cou-de-pied

Battements

- battements associés au travail de rotation dans la hanche
- battements pied pointé, fléchi, avec courbes et inclinaison du buste

Adage

- promenade avec changement de la jambe en l'air
changement d'axes et de niveaux
- rond de jambe avec mouvement du buste et changement d'orientation dans le pivot
- grands tours planés

Tours

- tours en dedans et en dehors avec inclinaison, flexion et extension du buste sur relevé et sur plié sur l'axe et en dehors de l'axe avec changement de niveaux en parallèle et en ouverture
- tours avec ou sans élan planés avec forme dans le buste et les bras
- enchaînement et combinaison du tour sur genoux pliés
- utiliser la torsion du buste dans la prise d'élan du tour
- détournés et enveloppés en vitesse rapide
- les tours simples abordés en 1^{er} Prix seront doubles
- tours en manège
- enchaînement et combinaison de tour et spirale, tour et saut, tour et chute
- spirale et rotation, cercle du buste initiés par les bras entraînant ou terminant un tour

Sauts

- jetés en tournant
- sauts combinés avec passage au sol
- grand battement développé sauté
- grands sauts avec rond de jambe en l'air
- maîtrise des sauts en manège
- combinaison de sauts avec changement d'orientation, de direction sur place et en déplacement (avant, côté, derrière)

Travail sur les paramètres de :

- poids (changement de poids sur les appuis)
- conscience et maîtrise du poids de chaque partie et segment du corps dans le mouvement avec des changements de dynamiques (lent modéré, vif)
- gravité
- relâché
- chute
- ouvert, fermé

Qualité du mouvement

- points d'initiation du mouvement
- coordination
- fluidité du mouvement staccato, legato
- travailler la circulation du mouvement en succession, en opposition, en segmentation, isolation
- apprendre à savoir jouer avec le mouvement dans la relation au temps et à l'espace
- maîtrise de la relation entre musicalité et poids du corps
- disponibilité du regard dans un large spectre visuel avec des intentions et des qualités différentes

Improvisation et composition

- composition instantanée guidée par un concept musique, phrase, image, repères anatomiques
- exercices d'improvisation sur base des techniques somatiques, d'imagerie
- faculté d'écoute
- bonne utilisation de l'espace
- capacité d'analyse d'une danse

PROGRAMME D'EXAMEN

1^{ère} Session

- 2 variations de style différent de 2 à 3 minutes chacune choisie au niveau national et comprenant les différentes techniques au programme.

2^{ème} Session

- Une chorégraphie du niveau requis choisie au niveau national et travaillée avec le professeur.
- Une variation chorégraphiée par un professeur ou chorégraphe invité travaillée dans un espace de temps de 10 heures maximum et d'une durée de 2 minutes environ.
 - Musique et thème au choix du chorégraphe
- Une composition personnelle (seul, en duo ou en groupe) sur une musique et un thème choisis par le candidat d'une durée de 2 minutes 30 à 4 minutes.



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Culture

Commission nationale des programmes
de l'enseignement musical

DANSE JAZZ

Division supérieure

Texte coordonné

Mai 2012

Compétences souhaitées
Programme d'étude
Programme d'examen

COMPETENCES SOUHAITEES

1. Percevoir :

- saisir par la perception
- parvenir à connaître le langage de la danse
- avoir conscience :
 - d'une sensation
 - d'une émotion

2. Discerner :

- agir de manière plus autonome
- faire preuve d'un sens critique
- maîtriser le vocabulaire des éléments de la danse
- discerner les différents styles de danses et musicaux
- être capable de traduire les contrastes d'énergie
- être capable de danser à l'écoute de la musique
- avoir la capacité d'intégrer les corrections dans son apprentissage et de s'auto corriger
- concentration, calme, détermination et endurance

3. Pratique individuelle :

- utiliser le langage de la danse avec aisance
- montrer une bonne coordination et synchronisation de la gestuelle
- faire preuve :
 - d'interprétation
 - d'expression
- utiliser une méthode de travail pour progresser seul
- savoir improviser
- développer une émotion

4. Pratique collective :

- danser au sein d'un petit groupe
- participer à un travail (duos, trios,...)
- danser en groupe en prouvant une bonne compréhension de la musicalité
- constituer un groupe et en gérer le travail
- prendre en charge l'invention, l'adaptation ou la réalisation d'une courte partie d'une danse sur un thème donné avec musique

PROGRAMME D'ETUDE

Matière à maîtriser en plus du programme de la division moyenne spécialisée – 1^{er} Prix

Filles et garçons

1) Tours

- double tours attitude piqué en dedans fini penché arabesque sur tendu
- double tours piqué en dedans, penché sur tendu
- triple tours en dehors penché sur plié, coupé à la cheville
- triple tours attitude en dedans sur plié
- double tours attitude en dehors sur plié

Matière à maîtriser en plus pour garçons

- triple et quadruple tours sur un pied en dehors et en dedans sur plié et tendu
- double tours arabesque fini sur « penchée »
- double tours à la seconde en dehors et en dedans
- double tours en l'air
- triple tours piqués en dedans
- triple tours en dehors posés piqués

2) Sauts

- grands jeté « ciseaux »

Matière à maîtriser en plus pour garçons

- grand jeté « ciseaux » fouetté fini arabesque
- grand jeté « ciseaux » fouetté à la seconde

PROGRAMME D'EXAMEN

1^{ère} Session

- Un adage sous forme de variation de 2 minutes 30 choisi au niveau national
- Un allegro sous forme de variation de 2 minutes 30 choisi au niveau national

2^{ème} Session

- Adage sous forme de variation de plus ou moins 3 minutes 30 choisi au niveau national.
- Une variation chorégraphiée par un professeur ou chorégraphe invité travaillée dans un espace de temps de 10 heures maximum et d'une durée de plus ou moins 2 minutes.
 - Musique et style de danse au choix du chorégraphe.
- Composition chorégraphique en groupe élaborée par le candidat lui-même d'une durée de 3 à 5 minutes travaillée sur un thème au choix du candidat.