

# DOSSIER DE PRESSE

**DANSES & FITNESS**

5<sup>ème</sup> ÉDITION **FESTIVAL BELLES & REBELLES**

9 et 10 FÉVRIER 2019  
AIGUES-MORTES

DANSES - FITNESS - ZEN  
3 ESPACES - 3 ENERGIES - 3 AMBIANCES

2 JOURS, 1 SOIRÉE  
38 HEURES DE STAGE  
TOUS NIVEAUX  
20 EXPERTS SPÉCIALISTES  
DE LEUR DISCIPLINE

FULL PASS  
LES 2 JOURS +  
SOIRÉE AVEC REPAS  
PASS JOURNÉE  
10H - 18H  
A LA CARTE

FIESTA AVEC DJ  
SAMEDI SOIR

[www.festivalbellesetrebelles.com](http://www.festivalbellesetrebelles.com) info et réservation en ligne  
06 87 82 21 44 - 06 21 69 62 27  
b.rebelles@gmail.com

Logos: Live Club, C'net, Camargue, etc.

Facebook and Instagram icons

**FESTIVAL DANSE – FITNESS – ZEN  
EN CAMARGUE**



# SOMMAIRE

Présentation du Festival Belles et Rebelles

Historique des évènements précédents

La Team

Les lieux

5<sup>ème</sup> Edition sur la commune d'Aigues-Mortes

Articles de presse

Témoignages

Contact

# Présentation du Festival Belles et Rebelles

Le festival "Belles & Rebelles" est un événement organisé par une association d'Aigues-Mortes à but non lucratif. Il réunit une fois par an les meilleurs experts dans les domaines de la danse, du fitness et du zen pour permettre la découverte et le perfectionnement dans de multiples disciplines. Résolument tourné vers les femmes, la danse qui les sublime (belles) et le sport qui les rend fortes (rebelles), ce festival est ouvert à tous quel que soit le niveau.

Pas moins de 38 heures de stages danse, fitness et bien-être à partir de 12 ans et sans limite d'âge, il y en a pour tous les goûts.

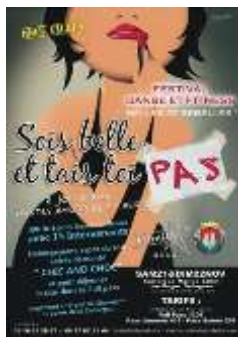
Un weekend à la fois sportif, festif, mais aussi où l'on mange bien grâce à des menus élaborés par nos chefs. Pour sa réalisation, une équipe de 30 bénévoles et 25 professionnels se relayent pour animer, orienter, amuser et distraire les festivaliers.

Nous mettons aussi l'accent sur la convivialité et le partage : chaque année une mascotte se mêle au stage (Mignon en 2016, Dingo en 2017 et Panda en 2018).

Notre volonté est de montrer que toutes les danses et tous les cours de fitness sont accessibles, et que chacun et chacune peut s'épanouir à travers le sport et la danse.

Depuis 2014, le nombre de participantes augmentent ainsi que le nombre d'artistes et de disciplines. Nous fêterons en 2019 les 5 ans de BELLES ET REBELLES et nous sommes déterminés à mettre les petits plats dans les grands pour rendre unique ce festival.

## Historique des évènements précédents



**2014** Organisé par Thébaïde évènement société de Nadia Causan et Roxane Taillet, et, l'association de Vincent Legoareguer. Au programme 27 heures de stage – 14 professeurs, 1 soirée et un hôtel complet. L'organisation est une réussite 130 de participantes s'inscrivent sur le week-end.

**2015** Organisé par l'association Belles et rebelles crée par le trio Amandine, Nadia, Vincent et l'équipe de bénévoles de la 1ère édition, création du site internet. Au programme 36 heures de stage - 17 Professeurs, 1 soirée, 2 hôtels complets. Le succès se confirme, les participantes reviennent, d'autres s'inscrivent, la fréquentation augmente de 30 %.



**2016** Team identique pour l'organisation d'un festival qui prend de l'ampleur. Plus de 200 personnes sur le weekend. Le planning s'enrichit avec pas moins de 44 heures de stages, 20 Professeurs dont les nouvelles disciplines à la mode (CROSSFIT, BOOTY THERAPY...) 1 soirée de gala et 3 hôtels remplis ainsi que l'ouverture d'un espace partenaire. Les membres fondateurs choisissent de faire don de 500€ à la ligue contre le cancer.



**2018** Le festival se déroule pour la première fois à Aigues – Mortes les 3 et 4 février. Les organisateurs sont aidés par une trentaine de bénévoles pour accueillir un peu plus de 200 participants, venant de tout l’hexagone et parmi eux aussi quelques garçons. Les espaces d’accueil sont plus grands, mieux sonorisés et mieux équipés pour le plus grand plaisir des artistes et stagiaires. L’équipe pédagogique est composée cette année de véritables experts pour certain à un niveau international.

## La Team

### Amandine

Danseuse depuis l'enfance, Amandine privilégie ses études et obtient son grade de Master en Commerce. C'est au cours de voyages en Amérique Latine, qu'elle découvre la Salsa et décide de suivre une formation pédagogique. En 2011 elle découvre le fitness et s'ouvre à de nouveaux concepts (Pilates, Zumba, Postural Ball ...) Aujourd'hui elle est éducatrice sportif et intervient dans plusieurs associations et salle de sport.

### Camille

Diplômée d'Etat depuis 2012 sur Lyon, Camille a ouvert sa première salle de remise en forme il y a déjà 5 ans sur Aigues Mortes. Elle est certifiée et dispense 11 concepts LESMILLS® dans son établissement. Elle était intervenante sur les 3 dernières éditions et aujourd'hui elle va accueillir le festival dans sa salle et organiser cette nouvelle édition pour dynamiser toute la zone artisanale TERRE DE CAMARGUE.



### Vincent

Passionné de musique et de danse, Vincent a commencé sa carrière en cuisine. Il a suivi L'école de formation des compagnons en pâtisserie sur Bordeaux et à voyager un peu partout notamment en Nouvelle Zélande et en Amérique Latine. C'est lui qui est en charge du repas du soir pour régaler ses Dames mais il anime aussi le Festival avec son équipe de percussionnistes.



## Les lieux

### Zone Artisanale Terre de Camargue

Les 3 salles sont à 2 min à pied les unes des autres. Dans la zone il y a également 2 supers marchés et 2 pizzerias qui profitent du dynamisme du festival pour leurs activités. Les salles offrent des espaces propices à la pratique d'activités physiques et répondent aux obligations des EAPS.

Nous sommes situés près d'une voie rapide et proche de l'autoroute ce qui facilite l'accès aux participants.

Nous dédions un espace pour nos partenaires qui en profite entre deux sessions.



### Espace FLAMINGO

Salle de concert, soirée spectacle pouvant accueillir plus de 700 personnes



## C'FITNESS

600 m<sup>2</sup> au total, 2 vestiaires à disposition et une salle d'accueil et de détente.



## Salle de danse

Une salle de danse avec parquet et miroir pour les cours de danse





# 5<sup>ème</sup> Edition dans la commune d'Aigues-Mortes

En 2019, le festival Belles et Rebelles fête ses 5 ans. L'accent est mis sur la qualité des intervenants dans les 3 dimensions (fitness – danse – zen). Notamment :

- Uschi BRAUN (Suisse) : Spécialiste disciplines ZEN
- Juliette Henry (Cuba) : Mannequin et artiste internationale spécialisée en danses cubaines
- Rémy KOUAKOU (France) : Champion du monde de Boogie
- Fabien LESCH (Cannes) : Pro Trainer LESMILLS
- Jérôme DURAND (Cannes) : Spécialité FREESTYLE
- Alexis LAURENS (Séville) : Artiste Flamenco

## Objectifs 2019

- 400 participantes
- Garder l'identité du festival
- Faire intervenir des artistes plus prestigieux (cf. ci-dessus)
- Maintenir la qualité d'accueil et la convivialité qui caractérise notre évènement
- Avoir de nouveaux partenaires sport et bien-être

# Les Disciplines 2019

## FITNESS et CARDIO

BODYPUMP™ / BODYJAM™ / LES MILLS TONE™ / ZUMBA® / STRONG BY ZUMBA® / STEP / FITSTEPS® / AERO (FREESTYLE)

## DANSE

LINDY HOP (ROOTS JAZZ) / DANSE AFRICAINE / STREET JAZZ / CABARET SUR CHAISES / MODERN JAZZ / BOLLYWOOD / JAKSON STYLE / REGGAETON / MAKULELE / AFRO CONTEMPORAIN / ISOLATION CORPORELLE / LADY STYLE / HOUSE / DANZENGA / FLAMENCO

## ZEN

POSTURAL BALL® / YOGA / BARRE A TERRE / BODYBALANCE™ / bodyART® International / bodyART®Medical & Recovery / bodyART®Structure / bodyART®Flow & Stretch, DANZENGA

# Les Partenaires



# Affiche 2019

DANSES & FITNESS

AGRO  
AFRO CONTEMPORAIN  
BAMBA 4 TERRE  
BODYFRET®  
BODYBALANCE™  
BODYCOMBAT™  
BODYJAM™  
BODYPUMP™  
BOLLYWOOD  
CABARET SUR CHAISE  
DANSE AFRICAINE  
AVEC PERCUSSIONS  
DANCEVICA  
FITSTEP®  
FLAMENCO  
HOUSE  
ISOLATION CORPORELLE  
JACKSON STYLE  
LADY STYLE  
LES MILLS TONE™  
LINDY HOP  
MIRVIA ELI  
MODERN JAZZ  
POSTURAL BALL®  
REGGAE TON  
STEP  
STREET JAZZ  
STRONG IN ZUMBA®  
VOCA  
ZUMBA®

5<sup>ème</sup> ÉDITION

# FESTIVAL BELLES & REBELLES

9 et 10  
FÉVRIER 2019  
AIGUES-MORTES

DANSES - FITNESS - ZEN  
3 ESPACES = 3 ENERGIES = 3 AMBIANCES

**2 JOURS, 1 SOIRÉE**  
**38 HEURES DE STAGE**  
**TOUS NIVEAUX**  
**20 EXPERTS SPÉCIALISTES**  
**DE LEUR DISCIPLINE**

FULL PASS  
LES 2 JOURS +  
SOIRÉE AVEC REPAS

PASS JOURNÉE  
10 H - 18 H

A LA CARTE

**FIESTA AVEC DJ**  
**SAMEDI SOIR**



[www.festivalbellesetrebelle.com](http://www.festivalbellesetrebelle.com) info et réservation en ligne

06 87 82 21 44 - 06 21 69 62 27

b.rebelles@gmail.com

# Planning 5<sup>ème</sup> édition

## PLANNING DU SAMEDI 9 FÉVRIER

	salle 1	salle 2	salle 3
10 h	AERO		
11 h	REGGAETON	BODYPUMP®*	BODYART®
12 h	HOUSE	POSTURAL BALL®*	BOLLYWOOD
14 h	DANSE AFRICAINE	TONE®	FLAMENCO
15 h	ZUMBA®	MODERN JAZZ	BODYART®
16 h	LADY STYLE	MAKULELE*	DANZENGA
17 h	CABARET	BODYCOMBAT®	YOGA

## PLANNING DU DIMANCHE 10 FÉVRIER

	salle 1	salle 2	salle 3
10 h	DANSE AFRICAINE	BODYBALANCE®	BARRE À TERRE
11 h	CABARET	YOGA	ISOLATION CORPORELLE
12 h	LINDY HOP	STRONG BY ZUMBA	BODYART
14 h	BODYJAM	BOLLYWOOD	BODYART
15 h	FITSTEPS	STEP*	JACKSON STYLE
16 h	AFRO CONTEMPORAIN	POSTURAL BALL®*	FLAMENCO
17 h	ZUMBA®		

Les cours : ■ zen, sans impact ■ dynamique ou fitness ■ danse

\* Places limitées : inscription le jour même à l'accueil, matériel spécifique.

# Flyer 5<sup>ème</sup> édition

DANSES & FITNESS

5<sup>ème</sup>  
ÉDITION

# FESTIVAL BELLES & REBELLES

20 EXPERTS  
SPÉCIALISTES DE  
LEUR DISCIPLINE

38 HEURES  
DE STAGE  
TOUS NIVEAUX

2 JOURS,  
1 SOIRÉE

FIESTA AVEC DJ  
SAMEDI SOIR



9 et 10  
FÉVRIER 2019

AIGUES-MORTES

info et réservation en ligne  
06 87 82 21 44 - 06 21 69 62 27  
b.rebelles@gmail.com



f

www.festivalbellesetrebelle.com

@

Création : L'Image 11

## PLANNING DU SAMEDI 9 FÉVRIER

	salle 1	salle 2	salle 3
10 h	AERO		
11 h	REGGAETON	BODYPLUMP@*	BODYVART@
12 h	HOUSE	POSTURAL BALL@*	BOLLYWOOD
14 h	DANSE AFRICAINE	TONE@	FLAMENCO
15 h	ZUMBA@	MODERN JAZZ	BODYVART@
16 h	LADY STYLE	MAKULELE*	DANZENGA
17 h	CABARET	BODYCOMBAT@	YOGA

### LE SOIR : FIESTA AVEC DJ ET RESTAURATION SUR PLACE

Entrée libre : tu peux venir accompagné, vente d'assiettes sur place.

## PLANNING DU DIMANCHE 10 FÉVRIER

	salle 1	salle 2	salle 3
10 h	DANSE AFRICAINE	BODYBALANCE@	BARRE À TERRE
11 h	CABARET	YOGA	ISOLATION CORPORELLE
12 h	LINDY HOP	STRONG BY ZUMBA	BODYVART
14 h	BODYJAM	BOLLYWOOD	BODYVART
15 h	FITSTEPS	STEP*	JACKSON STYLE
16 h	AFRO CONTEMPORAIN	POSTURAL BALL@*	FLAMENCO
17 h	ZUMBA@		

Les cours : ■ zen, sans impact ■ dynamique ou fitness ■ danse

\* Places limitées : inscription le jour même à l'accueil, matériel spécifique.

### INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS SUR NOTRE SITE

Pour vous aider dans votre choix, toutes les informations sur les cours et les artistes se trouvent sur le site.

### LES TARIFS Prévente jusqu'au 15/01/19

**FULL PASS** à 100 € tout compris :

2 jours de stages + soirée + repas du soir inclus

**PASS JOURNÉE** à 50 € : accès libre dans les 3 salles de 10 h à 18 h cours à volonté suivant planning du jour

**À LA CARTE** 15 € : liberté totale de ne découvrir qu'un seul cours

TARIF SUR PLACE POUR LES RETARDATAIRES :

FULL PASS : 120 € - PASS JOURNÉE : 60 € - À LA CARTE : 15 €

Soirée Entrée Libre - Vente d'Assiettes Gourmandes sur place.

Pratique : possibilité de restauration le midi sur place.

Pour se loger dans les environs, liste des hôtels partenaires sur le site.

Et Rendez-vous le jour même à l'accueil :

Espace Flamingo - 7 Terre de Camargue, ZA, 30220 Aigues-Mortes



# Les articles de presse

## Aigues-Mortes Succès du festival danse et fitness



■ Rémy Kouakou-Kouame a animé l'atelier de swing-jazz.

Créé en 2014 aux Saintes-Maries-de-la-Mer, par Amandine Le Goareguer, danseuse et professeur de fitness, le festival Belles et rebelles, consacré au fitness et à la danse, s'est déroulé pour la première fois à Aigues-Mortes, les 3 et 4 février.

L'association Gym et danse, animée par Camille Condé, a pris le relais. Les deux organisatrices entourées d'une équipe de bénévoles, ont accueilli deux jours durant plus de 200 participantes venues de tout l'Hexagone, auxquelles se sont joints quelques messieurs.

Body-jam, combat, attack, step, swing, modern-jazz, danse africaine, bollywood oriental, yoga etc., soit une vingtaine de disciplines ont été proposées aux festivaliers, qui ont eu la liberté

de choisir suivant leurs goûts ou leurs niveaux. Encadrés par des intervenants reconnus dans leurs domaines respectifs, c'était fut pour les sportifs, l'occasion d'allier le sport à la fête. À l'exemple de l'atelier dominical de solo jazz, qui était animé par Remy Kouakou-Kouame, Montpellierain, artiste international, champion du monde de boogie, chorégraphe et professeur, qui dispense son art dans le monde entier. Il a confié son plaisir d'être à Aigues-Mortes le temps d'une journée, entre deux tournées en Asie et en partance pour Huston aux États-Unis. Devant le succès remporté, le festival Belles et rebelles devrait être reconduit l'an prochain.

► Correspondant M&L Libre - 06 51 29 08 30

## SAINTES-MARIES-DE-LA-MER 200 participantes au festival "Belles et rebelles"



Cette année encore les "belles et rebelles" sont venues nombreuses de toute la région pour participer au festival du même nom. 200 participantes par jour étaient inscrites sur les différents ateliers proposés pendant le week-end. La danse africaine attire de plus en plus de candidates. L'énergie déployée par la professionne et les musiciens donne une dynamique incomparable. La Bio-ty thérapie, concept qui offre aux femmes l'apprentissage du mouvement de leur corps et surtout les lasses, absent de tout complexe a connu un grand succès.

L'absence des hommes sur ces ateliers est une nécessité pour un travail sur soi, la connaissance et reconnaissance de chaque partie du corps, l'acceptation de celui-ci par le mouvement. Pour "eux" les hommes au atelier de Cross Fit a été mis en place. En outre, les programmes de préparation physique et musculaire alliant aérobie, anaérobie, gymnastique, etc. Le cross fit de Mieux 1200 adhérents en 2 ans est affilié à une fédération, ce qui est obligatoire pour cette activité. Ses entraîneurs, Mikael Bouteillon, David Delalande, Katim Asensu étaient donc présents au festival Belles et rebelles pour présenter cette activité. "C'est une activité sportive mais aussi un mode de vie car la nutrition tient une place primordiale, et une communauté se forge autour de nos idées et nos valeurs".

Cet atelier proposé aux hommes a connu un véritable engouement et de nombreuses filles sont venues tester les appareils avec des charges adaptées. Pour Nadia Causan et Amandine Le Goareguer, les organisatrices ce festival ne cesse de croître puisque les trois salles du Complexe sportif louées à la municipalité n'ont pas suffi.

La présidente de la Ligue souhaite le succès d'Ades et remercie le conseil d'Ades et encourage les participantes. Une par un le conseil de l'association est allé se réunir à la Ligue "On tient geste de la part de nos femmes qui s'occupent pour le bien vivre de toutes".

## LES SAINTES-MARIES Succès confirmé pour le festival Belles et Rebelles



Le festival danse et fitness, qui s'est déroulé pendant deux jours au complexe sportif Marc-Aille, a connu un véritable succès pour sa deuxième édition. Dans son discours d'ouverture le maire Roland Chassagnon remercie les organisatrices pour cette bonne initiative "qui par ses temps d'effort regroupe la jeunesse et permet à notre village d'essimer", multipliant qu'un spectacle ou animation n'aurait été annulé sur la commune depuis les attentats de Paris.

Pour Nadia Causan, principale organisatrice avec Amandine, "nos journées participatives aux femmes de s'exprimer par la danse, la musique, l'expressivité corporelle, les femmes particulièrement touchées par les derniers événements et qui souhaitent vivre leur droit de liberté". Toutes les salles du complexe ont été mises à la disposition de l'association par la municipalité et les inscriptions

ont été nombreuses que les organisatrices ont dû prévoir des cours supplémentaires.

Parmi les quinze professeurs, presque tous féminines, on notait la présence de trois hommes : Vincent (danse de combat), du groupe seniors Gennaro et Myka (Aïa) Housier de fitness et Yacine Beggier (un raggae) professeur à Danse-Fleur d'Ades. Pour accompagner des activités à ceux qui accompagnent ces "belles" des participants ont été mis en place avec les promeneuses à cheval des Calanques de Cacharel et Marc Gerard pour les chers à cœur.

Le samedi soir une grande soirée a été organisée pour la soirée Chic et choc. Pour l'animation qui se déroulait sur deux jours, Amandine et Nadia ont rempli trois bords pour loger les participantes et 200 repas étaient prévus le samedi midi. Une manifestation qui a égayé le village en cette fin de saison.



# Témoignages



**Sophie Ruggeri** ▶ FESTIVAL" BELLES ET REBELLES "

lundi, à 09:18 · 🌐

Merci à toutes les participantes de ce festival de folie ! L'ambiance était là grâce à vous et à une organisation au top ! De la danse, de l'énergie, des sourires et des rires, que demander de plus !! Un cabaret sur chaise endiablé, un Michael Jackson au top ou on a pu faire revivre quelques instants l'esprit du King of Pop ! Encore merci à **Amandine Bailarina** de m'inviter depuis 2 ans à ce beau festival et j'espère à très vite !!



**Letty Lg** ▶ FESTIVAL" BELLES ET REBELLES "

3 h · Modifié · 🌐

Je ne suis pas encore remise de ce week end ...tellement bon. C'était encore un plaisir de partager ces moments avec vous toutes et tous ! Merci à mes amis **Amandine Bailarina** et **Vincent CamaRioca Legoareguer** ainsi qu'à leur famille de bénévoles Nadia and Co 😊 de me permettre de partager cette folie...j'aime j'aime j'aime J'ai été heureuse de retrouver les intervenant(e)s de la 1ere édition Magali Belhache Aurore Haddou toutes ces festivalieres supra motivées ! Notre ambianceur et prof d'afrohouse Myke Beloni ...Les copains de la bodeguita Yacine ....Les salseras Magali Chaudeyrac Yolande Nania...Les copains de Beaucaire en super forme ...Mtp lé la ossi ....sans oublier ma Belle & Rebelle à moi Stéphanie Bouchon ...c'était le top du top ...

Je récupère mes genoux et je suis prête pour la 3eme édition 🥰

LONGUE VIE À BELLES & REBELLES

Des bisous à toutes et à tous 🍷🍷🍷🍷



**Myke Beloni**

hier à 20:56 · Modifié · 🌐

Voilà un week-end au top du top.

Un festival à Saintes Marie de la mer. Un festival des filles. Super bien organisé, une ambiance très convivial.

Pour ma part pour les 2 cours de afro house gwoka j'ai passer un très bon moment avec vous. Votre énergie vous avez su me l'envoyer. Je suis très fiers de vous du rendu que cela a donnée.

Et la soirée vraiment un régal vous avez danser du début à la fin.

J'ai fais de mon mieux pour que il y en n'ai pour tout le monde.

Le haka danse vous avez été au top.

**Yacine Ouahya** vraiment ta assurée pour les animations.

Des vrai coup de coeur **Letty Lg** toujours en forme. **Aurore Haddou** au plaisir de t'avoir vu.

Un grand merci à **Amandine Bailarina** et **Vincent** pour ce très beau festival. Merci de votre confiance.



Aurore Haddou a partagé la photo de Ambre Causan.

4 h · 🌐

C'est sur !! Le rendez vous 100% filles a ne pas rater <3



Jennifer Costa, 🤗 merveilleusement bien, avec Yacine Ouahya et 12 autres personnes.

dimanche, à 21:25 · Modifié · 🌐

Ces photos résument parfaitement la chaleur humaine et la bonne humeur que nous avons vécu ce week end sur le super Festival "Belles et rebelles" au Saintes Marie de la Mer! Un week end rempli de danse, de fête et de partage entre amis. Bravo aux organisateurs Amandine Bailarina, Vincent CamaRioca Legoareguer, Nadia Ca... Afficher la suite



Audrey BOSC (Ragga Jam) avec Amandine Bailarina et Joanna Pi.

samedi, à 13:58 · Instagram · 🌐

Événement Belles et Rebelles au TOP! Bravo à toutes les participantes! Merci à Amandine et toute son équipe pour votre accueil! Maintenant on enchaîne avec la Mix Session à Bordeaux! #raggajam #dancehall #bellesETrebelles #belleENERGIE #100%100filles #merci #directionBORDEAUX



Anaïs Charbonnier ▶ FESTIVAL" BELLES ET REBELLES "

17 min · 🌐

Du bonheur à l'état pur ! C'est LE weekend de l'année pour nous les filles; du lâchée prise , de la danse , des rires , de la folie ! Belles & Rebelles !



## Contact



Camille CONDE

06 21 69 62 27

Amandine LE GOAREGUER

06 87 82 21 44



b.rebelles@gmail.com

[WWW.FESTIVALBELLESETREBELLES.COM](http://WWW.FESTIVALBELLESETREBELLES.COM)