

Le Hip-Hop

Entre danse et sport

Par Didier Castel



Le hip hop est un terme général pour définir une culture qui comprend le deejaying, le graffiti, la danse, le MC (Rappeur) et le BeatBox. Ces cinq domaines forment "la culture hip hop". On parle aussi de knowledge (le savoir) : la transmission de la philosophie de ce mouvement, de son savoir est très importante pour qu'elle puisse durer dans le temps. Tony le Guilly, chorégraphe et professeur, membre de L'Universal Zulu Nation nous dévoile toutes les subtilités de la danse hip hop.

4

Gérant et Professeur du Street Art Studio, avec un nombre d'adhérents frôlant les 200 membres, Tony est un professeur reconnu par ses pairs dans les Pyrénées-Atlantiques, mais aussi dans le Grand Sud-Ouest. Depuis toujours, le domaine de Tony, c'est la danse. Quand il a commencé en 1996, c'était un "touche-à-tout" ; il graffait, il touchait les platines puis, pour évoluer dans sa pratique, il a retenu le domaine dans lequel il était le meilleur, la danse hip hop. Dans cette discipline, plusieurs familles existent. On trouve le Popping, le Locking, le hip hop new style, la housedance et le b.boying.

Les Battles

Au niveau compétition, il n'y a pas de championnat de France ou du Monde puisqu'il n'y a pas de fédération qui structure cela. Il existe plutôt de gros événements qui s'établissent suivant les styles de danse.

La compétition dans la danse hip hop se nomme "Battle". Elle peut se faire en "crew" (en équipe) ou en "one - one" (un danseur face à un autre). La préparation de ces compétitions est essentielle. Physique, elle ne laisse pas place à l'improvisation, au "freestyle" comme dirait Tony. Les "Runs" sont toujours préparés à l'avance, contrairement à ce que l'on pourrait croire. Pour les Crews, ils préparent ce qu'ils appellent "les combis", les chorégraphies d'ensemble, mais aussi leurs passages. "Même s'il y a toujours une part d'improvisation en général, le plus gros des passages est déjà en tête et travaillé en amont" assure Tony. Tel un sport de haut niveau, la danse hip hop demande de l'engagement et de bonnes capacités physiques. "Le mental est aussi très important lors d'un battle pour éviter d'avoir les jambes qui tremblent" dit Tony en souriant.

Une compétition pour tous

Tony estime que tous les enfants qui souhaitent faire des battles peuvent

en faire, peu importe leur niveau, du moment qu'ils ont acquis un minimum de bases. Il n'envoie pas les enfants qui ne connaissent pas les fondamentaux de la danse. Ils doivent apprendre les bases du "Top Rock", qui sont les pas de préparation, ensuite les descentes au sol, appelées les "Go Down", mais aussi les "Foot Work", les passe-passe en français, les "Freezes", les "Power moves"...

“Le mental est très important lors d'un battle pour éviter d'avoir les jambes qui tremblent.”

Tony fait participer ses élèves aux battles une fois qu'ils ont tous ces acquis et qu'ils sont capables de les retransmettre. Il a d'ailleurs un Crew qui se nomme "Wazza Panda" : constitué de jeunes, cette équipe a déjà gagné bon nombre de battles dans le Grand Sud-Ouest ainsi qu'en Espagne.

La préparation aux battles

Lors des cours, le travail est axé en bonne partie sur l'entraînement cardio, pour se préparer aux battles qui peuvent parfois être très physiques, en particulier quand le danseur grimpe du

quart de finale à la finale. "Il faut que le danseur ait beaucoup de runs en tête, mais surtout un physique hors-pair !" s'exclame Tony. Le travail de cardio s'effectue souvent par le biais de Top Rock, en faisant des pas de danse continus sur une musique d'une durée de 5 minutes ou plus. À la fin des cours, les danseurs rentrent dans une ronde que l'on appelle "cypher" et s'expriment chacun à leur tour. Puis, il se font corriger de manière orale pour évaluer ce qui était bon et corriger les défauts techniques. Par ailleurs, les élèves s'entraînent de manière individuelle. Ils font du footing à côté ou font de la corde à sauter. En fonction du profil des danseurs et de leur niveau, l'entraînement ne sera pas le même. Certains danseurs s'orientent plus vers un style debout alors que d'autres iront vers une danse plus acrobatique. Ceux-là suivent des cours d'acrobatie, de gymnastique, de cirque. Beaucoup de danseurs se dirigent même vers des disciplines comme le Parkour ou les arts martiaux parce que la préparation physique doit être la plus complète possible.

La transmission du hip hop

L'objectif de Tony, en tant que danseur et professeur, est de continuer à évoluer, pour apprendre de nouvelles choses à ses élèves. Pour lui un profes-

seur qui ne se forme plus, c'est un prof qui est mort ; ses élèves stagneront très vite. Certaines écoles cloisonnent trop leur élèves par peur qu'ils partent ailleurs. Pourtant, ce n'est pas parce qu'il vont voir un autre professeur, pour faire un stage ou aller partager dans la rue un moment de danse, qu'ils vont partir de leur école. Tony en a encore la preuve dans son école puisqu'il organise régulièrement des stages avec d'autres professeurs. Quand parfois, ces derniers ont un niveau au-dessus du sien, il ne voit pas pour autant ses élèves partir. Généralement, les élèves ont un professeur de cœur et continuent leur formation auprès de lui. Tony tient à ce que ses élèves soient ouverts et curieux des autres enseignements. Il évoque le terme d'échange, très important dans la culture du hip hop. "Il ne faut pas avoir peur d'aller prendre des cours ailleurs, mais aussi en tant que professeur, d'envoyer ses élèves vers d'autres professeurs" estime Tony. Dans la danse hip hop, chaque danseur a sa manière de s'exprimer, sa manière de bouger et il est toujours intéressant et enrichissant de découvrir de nouvelles tendances techniques et philosophiques.



SPORTSLAND
Le journal qui n'a pas de prix

SOYEZ LE "REPORTER" POUR VOTRE CLUB !

L'un (e) de vos sportifs (ves) ou l'une de vos équipes méritent d'être mis en lumière ! Alors faites-le nous savoir et nous vous publierons dans nos colonnes.

Comment ?

En nous adressant quelques lignes et photos par mail à :
journal@sportsland.fr

Profitez-en !

C'est gratuit et ça fera très plaisir à vos licenciés !