



L'association
METZ DANSE

Organise
Sous l'égide de la Fédération Française de Danse



SAMEDI 25 OCTOBRE 2025

LE GRAND OPEN DE METZ

COMPETITION NATIONALE
DANSE SPORTIVE
LATINES & STANDARDS

EPREUVES CLASSIFICATRICES
DANSE EN SOLO
SOLO DANSE TEAM
OPENS

COMPETITION
Agréée FFDanse
25-030

ATTENTION :
Présentation obligatoire
Du passeport danse et
De la licence avec photo
Pour le retrait du dossard

Palais des Sports – Complexe Sportif,
4B boulevard Saint-Symphorien, 57050 LONGEVILLE-LES-METZ

1 piste de 300 m² minimum

Toutes les danseuses doivent avoir des protèges-talons
1 salle de Tan mise à disposition – interdiction de se tanner dans les vestiaires

Présentateur : Quentin SCHMIT
Directeur de Compétition : Daniel BOURDON – joignable jusqu'au jour de la compétition 06.80.10.14.40
Chairperson : Christophe TARILLON
Scrutateur : Jean-Yves ELLEOUET
Juges pressentis : Liste publiée ultérieurement

Toutes les informations sont à retrouver sur :
le site Internet : <http://metzdanse.com/>
la Page Facebook dédiée : <https://www.facebook.com/grand.open.metz>
Contact et renseignements : grand.open.metz@gmail.com – 07 69 50 87 43

L'organisateur se réserve le droit de regrouper ou supprimer certaines épreuves si le nombre d'inscrits est insuffisant.

EPREUVES CLASSIFICATRICES COUPLES ET DANSE EN SOLO

Pour les épreuves de niveau Débutant :

- Les danseurs(ses) doivent être titulaires à minima d'un titre découverte.
- Les danses à exécuter pour toutes les classes d'âges sont 3 danses en Latines (CCC, R, J) et 3 danses en Standards (VA, T, QS)
- Si le nombre de Juvéniles et/ou de Juniors est inférieur à 2 couples, une épreuve Jeune (regroupant les Juvéniles 1 et 2 et les Juniors 1 et 2) sera organisée

Pour les épreuves de niveau Intermédiaire et de niveau Avancé :

- Les danseurs(ses) doivent être titulaires à minima de la licence C.
- Les danses à exécuter pour les classes d'âges de Junior à Senior sont 5 danses en Latines (S, CCC, R, PD, J) et 5 danses en Standards (VA, T, VV, SF, QS)

EPREUVES COUPLES

Classe d'âges	Latines			Standards		
	Niveau Débutant	Niveau Intermédiaire	Niveau Avancé	Niveau Débutant	Niveau Intermédiaire	Niveau Avancé
Juvénile 1	X	X 3 danses CCC, R, J		X	X 3 danses VA, T, QS	
Juvénile 2		X 4 danses S, CCC, R, J			X 4 danses VA, T, VV, QS	
Junior 1	X	X	X	X	X	X
Junior 2		X	X		X	X
Youth	X	X	X	X	X	X
Adulte		X	X		X	X
Senior 1	X	X	X	X	X	X
Senior 2		X	X		X	X
Senior 3		X	X		X	X
Senior 4		X	X		X	X
Senior 5						X

EPREUVES SOLO

Classes d'âges	Latines			Standards		
	Niveau Débutant	Niveau Intermédiaire	Niveau Avancé	Niveau Débutant	Niveau Intermédiaire	Niveau Avancé
Solo Juvénile	X	X 4 danses S, CCC, R, J		X	X 4 danses VA, T, VV, QS	
Solo Junior 1	X	X	X	X	X	X
Solo Junior 2		X	X		X	X
Solo Youth	X	X	X	X	X	X
Solo Adulte		X	X		X	X
Solo Senior	X	X	X	X	X	X

EPREUVES - SOLO DANSE TEAM

Pour les épreuves de niveau Débutant et de niveau Intermédiaire, les danseurs(ses) doivent être titulaires à minima de la licence B.

Classes d'âges	Niveau Débutant	Niveau Intermédiaire
Juvénile	X	X
Junior	X	X
Adulte	X	X
Senior	X	X

OPENS COUPLES ET DANSE EN SOLO

Pour les épreuves OPENS :

- Les danseurs(es) doivent être titulaires à minima d'une licence C
- Les compétiteurs étrangers non licenciés FFDanse mais détenteurs d'une licence d'une fédération membre de la WDSF peuvent participer aux épreuves nationales Opens. (Conformément au Règlement Sportif – article 9-3)

OPENS COUPLES

Pour les classes d'âges de Youth à Senior :

- 4 danses en Latines (S, CCC, R, J) et 4 danses en Standards (VA, T, VV, QS) lors de tours éliminatoires
- 5 danses en Latines (S, CCC, R, PD, J) et 5 danses en Standards (VA, T, VV, SF, QS) à partir de la demi-finale

Classes d'âges	Latines				Standards			
	Niveau Débutant	Niveau Intermédiaire	Niveau Avancé	Niveau International	Niveau Débutant	Niveau Intermédiaire	Niveau Avancé	Niveau International
Jeunes (Juvénile et Junior)	X 4 danses (S, CCC, R, J)				X 4 danses (VA, T, VV, QS)			
Youth								
Adulte	X				X			
Senior 1 - 2	X				X			
Senior 2 - 3	X				X			
Senior 3 - 4	X				X			
Senior 4 - 5	X				X			
Senior 5					X			

OPENS SOLO

Pour les classes d'âges de Junior à Senior :

- 4 danses en Latines (S, CCC, R, J) et 4 danses en Standards (VA, T, VV, QS) lors de tours éliminatoires
- 5 danses en Latines (S, CCC, R, PD, J) et 5 danses en Standards (VA, T, VV, SF, QS) à partir de la demi-finale

Classes d'âges	Latines			Standards		
	Niveau Débutant	Niveau Intermédiaire	Niveau Avancé	Niveau Débutant	Niveau Intermédiaire	Niveau Avancé
Solo Juvénile	X 4 danses (S, CCC, R, J)			X 4 danses (VA, T, VV, QS)		
Solo Junior 1	X			X		
Solo Junior 2	X			X		
Solo Youth	X			X		
Solo Adulte	X			X		
Solo Senior	X			X		

OPENS EQUALITY

Le **dimanche 26 octobre**, une compétition est organisée sous l'égide de l'EEDA (European Equality Dance Association) et soutenue par la Fédération Française de Danse.

Epreuves accessibles: Open Equality Latines et Open Equality Standards

Une seule catégorie d'âge est proposée pour tous les Opens : **Open plus de 18 ans**

L'Open Equality est ouvert à tous et réuni indifféremment tous les couples :

- couples de même sexe
- couples de sexe opposé
- couples non binaire
- couples en situation d'handicap

Pour plus d'informations et les inscriptions aux Opens Equality, consultez le site metz.danse.com

HORAIRES PRÉVISIONNELS :

10H00 : Ouverture des portes

12H00 : Début des compétitions

Ces horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction des inscriptions.

Les horaires de passage seront indiqués sur le site Internet de la Fédération (www.ffdanse.fr) à partir du 22/10/2025.

INSCRIPTIONS

Inscription en ligne sur le site Internet de la Fédération (www.ffdanse.fr) via l'espace membre.

Date limite d'inscription : avant le 15/10/2025

Conformément au Règlement Technique – article 12-1

1.1. Toute inscription est soumise à la possession de la licence requise pour l'épreuve concernée.

1.1.1. Les inscriptions aux compétitions figurant sur le calendrier national de la FFDanse s'effectuent au moyen de la procédure informatique du site de la FFDanse.

Pour vous aider dans les inscriptions des danseurs à une manifestation fédérale, vous trouverez ci-après 4 liens :

- [Lien Webinaire sur le fonctionnement des inscriptions](#)
- [Lien Aide à la création d'une équipe](#)
- [Lien Aide à l'inscription et désinscription d'une équipe](#)
- [Lien Aide à la création et modification d'une équipe Solo danse Latines / Solo danse standards](#)

DROITS DE DOSSARDS

Le règlement des droits de dossards sera à effectuer le jour même sur place au point d'accueil des compétiteurs :

	Juvenile	Junior	Youth	Adulte	Senior
Couple et Solo	Gratuit	Gratuit	10€	10€	10€
Team	Gratuit	Gratuit		25€	25€

Conformément au Règlement Technique – article 12-2

2.1. Un droit de dossard obligatoire sera exigé de tous les couples et solos des catégories Youth, Adulte et Seniors s'inscrivant à toute compétition inscrite au calendrier fédéral. Ce droit de dossard s'élève au maximum à 10 € (20 € pour les Coupes de France) par couple ou solo et 25 € par Team inscrits et sera à régler directement à l'organisateur.

2.2. Pour recevoir son dossard lors des compétitions, les compétiteurs devront présenter leur « passeport danse » ou leur licence de la saison en cours. Chaque athlète doit être en mesure de prouver son identité auprès du Chairperson.

2.3. Un couple doit se conformer aux directives données par l'organisateur. Dans tous les cas, il doit retirer son dossard au moins une heure avant son premier passage programmé.

DÉSISTEMENTS

Conformément au Règlement Technique – article 12-3

3.1. En cas de désistement, le couple doit impérativement se désinscrire via le site fédéral.

INFORMATIONS AUX COMPÉTITEURS :

- **STAND BEAUTY HOUSE** en exclusivité

Ilmira et Amirana vous proposent leurs services de coiffure et de maquillage sur place.

N'hésitez pas à réserver votre rendez-vous à l'avance !

Contact : ia.beauty.house.fr@gmail.com ou WHATSAPP : 06 29 73 71 97 Amirana

- **DANSE BOUTIQUE**

Germain vous propose un large choix de chaussures et accessoires de danse.

N'hésitez pas à le contacter si vous souhaitez quelque chose en particulier !

Contact : boutique.letsdance@gmail.com ou WHATSAPP : 06 30 66 80 63 Germain

TRANSPORTS EN COMMUN :

Depuis Luxembourg :

Aéroport Luxembourg-Findel → Gare de Metz Ville

- **Bus 29** de l'Aéroport à Gare Centrale de Luxembourg : **20-30 minutes** (Transports en commun gratuits au Luxembourg)
- **Train** de Gare Centrale de Luxembourg à Gare de Metz Ville : **50 minutes**

Depuis Paris :

Aéroport Roissy CDG → Paris Gare de l'Est → Gare de Metz Ville

- **RER B** de l'Aéroport CDG à Paris Gare du Nord : **40 minutes**
- **Métro ligne 4** (direction Porte de Clignancourt) de Paris Gare du Nord à Paris Gare de l'Est **OU** à pied : **10 minutes**
- **Train TGV** de Paris Gare de l'Est à Gare de Metz Ville : **1h30**

Aéroport Roissy CDG → Gare Lorraine TGV → Gare de Metz Ville

- **Train TGV** de la Gare de l'Aéroport CDG à Gare Lorraine TGV : **1h10**
- **Navette SNCF** de Gare Lorraine TGV à Gare de Metz Ville : **30 minutes** (souvent inclus avec le billet TGV)

Aéroport Orly 1-2-3 → Paris Gare de l'Est → Gare de Metz Ville

- **Métro ligne 14** (direction Saint-Denis - Pleyel) de l'Aéroport Orly à station Châtelet : **25 minutes**
- **Métro ligne 4** (direction Porte de Clignancourt) de station Châtelet à Paris Gare de l'Est : **10 minutes**
- **Train TGV** de Paris Gare de l'Est à Gare de Metz Ville : **1h30**

Depuis Strasbourg :

Entzheim Aéroport → Gare de Strasbourg → Gare de Metz Ville

- **TER** de Entzheim Aéroport à Gare de Strasbourg : **10 minutes**
- **TER (1h35) ou Train TGV (50minutes)** de Gare de Strasbourg à Gare de Metz Ville

Depuis Lorraine Aéroport (Aéroport de Metz-Nancy) :

- **Navette Aéroport** à Gare de Metz Ville : **40 minutes**
(les tickets sont à acheter directement auprès du chauffeur)

Très facile de venir à la salle des compétitions !

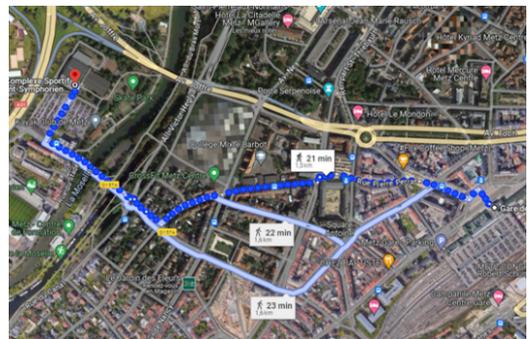
Gare de Metz Ville → Palais des Sports – Complexe Sportif

- 20-25 minutes à pied
- 25 minutes en bus Citéis ligne C11

Départ : arrêt "Gare"

Arrivée : arrêt "Palais des sports"

(Toutes les informations sur le site www.lemet.fr)



PRIX DES PLACES SPECTATEURS

La vente des billets peut se faire par internet via la plateforme HELLOASSO.

Une billetterie sera également organisée sur site le jour de la compétition.

Il est toutefois recommandé de réserver pour une place à table.

Pour accéder à la billetterie en ligne, cliquez sur le lien ci-après ou flashez le QR Code

→ [Billetterie Grand Open de Metz](#)



Gradins :

- **Gratuit** : Enfants de moins de 18 ans
- **Gratuit** : Présidents et entraîneurs « licenciés FFDanse » sur présentation de la licence 2025-2026
- 10 € : Tarif plein
- 5 € : Tarif réduit « Licenciés FFDanse » sur présentation de la licence 2025-2026
- 5 € : Tarif réduit « PMR, Sans Emploi, Etudiants de moins de 26 ans » sur présentation d'un justificatif

Tables :

- 20 € : Tarif plein
- 15 € : Tarif réduit « Licenciés FFDanse » sur présentation de la licence 2025-2026
- 15 € : Tarif réduit « PMR, Sans Emploi, Etudiants de moins de 26 ans » sur présentation d'un justificatif

RESTAURATION

- **A TABLE – Restauration assurée par un traiteur**
Exclusivement pour les personnes assises à table et sur réservation, un repas sera servi le samedi soir.
Réservation à effectuer lors de la prise du billet en ligne
- **SUR PLACE - Restauration rapide assurée par l'association Metz Danse**
 - Salé Chaud (Pâtes Bolo ou Pesto, Hot Dog, Quiche Lorraine)
 - Salé Froid (Planche Apéro, Sandwich Végétarien, Salade composée, Bretzel)
 - Sucré (Gâteaux et Crêpes Nature, au sucre ou Nutella)
 - Boissons (Eau, Café, Thé, Infusion, Sodas, Bière, Cidre, Champagne)

Règlements acceptés : Espèces et CB

- **A PROXIMITE**
Fast-food (McDonald) : 400m (6 min à pied)
Restaurant Le Rond-Point : 700m (10 min à pied)

HEBERGEMENTS

HOTEL PARTENAIRE

- **IBIS Metz Centre Gare *** *éligible à l'Offre IBIS Sport***
3 Bis Rue Vauban, 57000 Metz - 3 minutes à pied de la gare
Trajet de l'hôtel à la compétition : **5 minutes en voiture / 25 minutes à pied**
Réservation sur site internet Ibisport ou au **03 87 21 90 90** ou par mail à brigitte.hennequin@accor.com

Autres hébergements, liste non exhaustive :

- **IBIS Metz Centre Cathédrale *****
47 Rue Chambièrre, 57000 Metz
Trajet de l'hôtel à la compétition : **6 minutes en voiture / 30 minutes à pied**
- **IBIS BUDGET Metz Technopole****
3 Rue Des Dinandiers Zac De Sébastopol, 57000 Metz
Trajet de l'hôtel à la compétition : **15 minutes en voiture**
- **Campanile Metz Est – Technopole*****
2 Bd Solidarité, 57070 Metz
Trajet de l'hôtel à la compétition : **15 minutes en voiture**
- **Campanile Metz Centre Gare*****
90 Rue aux Arènes, 57000 Metz - 2 minutes à pied de la gare
Trajet de l'hôtel à la compétition : **5 minutes en voiture / 25 minutes à pied**
- **Appart Hôtel - Residhome Metz Lorraine *****
10 Rue Lafayette, 57000 Metz - 6 minutes à pied de la gare
Trajet de l'hôtel à la compétition : **4 minutes en voiture / 20 minutes à pied**

Dans l'attente de vous accueillir à cette belle compétition, l'équipe de l'association Metz Danse reste à votre disposition pour tout renseignement complémentaire et vous prie d'agréer, Mesdames, Messieurs, l'expression de nos sentiments sportifs et artistiques les meilleurs.

Nadine ANDRE
Présidente



Daniel BOURDON
Directeur de Compétition

