

[Théodora Guermonprez](#)

Théodora Guermonprez: Du bourgeon à l'éclat !

Théodora Guermonprez est une jeune danseuse, interprète et chorégraphe originaire de Roubaix. Dans le cadre de sa résidence artistique, elle a investi les salles de danse du Flow, du 9 au 20 décembre 2025 !

Son parcours :

Ses débuts dans la danse ont été des plus spontanés. À l'âge de 11 ans, elle s'inscrit à son premier cours de danse au Décathlon Campus et y découvre progressivement un univers qui deviendra peu à peu sa passion. Comme une échappatoire, elle découvre la symbiose corps-musique, un équilibre qui transcende déjà la jeune Théodora. Elle commence alors son parcours artistique avec la danse hip-hop, plus particulièrement le locking, l'une des branches de la danse hip-hop inspirée de la funk, pensée par Don Campbell dans les années 70.

Alors qu'elle se contentait de l'aspect chorégraphique de la discipline, elle découvre cinq ans plus tard le freestyle.

Ce qui m'a plu avec le freestyle, c'est qu'on communique avec l'instinct, on contrôle plus son corps et on ressent une liberté indescriptible.

Théodora Guermonprez

Comme une suite logique, Théodora pense déjà à participer à ses premiers battles. Mais c'est alors qu'elle commence à faire face aux premiers défis du danseur. Habituee à interpréter des œuvres chorégraphiées, en freestyle, elle se retrouve vulnérable face à son public. Ce sont toutes ces difficultés qui lui feront entrer dans une phase d'introspection artistique, et c'est à l'âge de 18 ans qu'elle fait

officiellement ses premiers pas dans le battle freestyle.

J'ai toujours été un peu introvertie, mais le challenge de me dire que je pouvais réussir à surmonter ça et aller plus loin m'a vraiment boostée. Donc j'ai fait mes premières approches à 18 ans, mais je n'ai compris qu'à 24 ans que j'étais douée.

Théodora Guermonprez

Elle commence alors à se faire une place, à s'imprégner de l'énergie des personnes autour d'elle qui la poussent à donner le meilleur d'elle-même.

Aujourd'hui, Théodora est une interprète et une soliste accomplie. Elle enchaîne les représentations à succès et prend énormément de plaisir à se prêter au jeu de la discipline. Elle ne cesse de rechercher et de créer pour pousser au maximum le travail de son propre style, original et reconnu, composé de multiples influences. Danseuse charismatique, elle parvient à marquer le milieu du hip-hop grâce à son style particulier, développé autour de sa personnalité, inspiré par l'animation, le krump et les constructions. Membre du collectif Ghetto-Style de renommée internationale et ayant fait partie de la compagnie Swaggers (Marion Motin), elle est désormais reconnue dans le monde underground grâce aux différents événements et battles auxquels elle a participé.

Sa Résidence :

En tant que chorégraphe solo et interprète, Théodora a déjà eu l'occasion de venir en résidence au Flow pour travailler sur sa première création : *QUANTA*, une œuvre où, à travers son propre corps, elle questionne la solitude et ses diverses manifestations physiques.

Mais cette fois-ci, pour cette nouvelle résidence de deux semaines, elle se confronte à un nouvel enjeu : chorégrapheur de jeunes danseuses pour une toute nouvelle création.

Moi, je suis une soliste, c'est plutôt facile de se gérer en autonomie, mais là on parle de gérer un groupe et d'y apporter une vision collective. Donc nous sommes dans une approche de recherche.

Théodora Guermonprez

À travers sa nouvelle création, elle cherche à s'émanciper des codes esthétiques qui résident dans le confort de la rythmique. Ici, elle tend vers la déconstruction du son et la mise en avant des choses simples, telles que les relations humaines du quotidien, à travers la danse hip-hop.

Je veux transmettre des émotions, quitte à flirter avec la comédie, tout en gardant une justesse dans les mouvements.

Théodora Guermonprez