

STAGES ADULTES CIRQUE 2021



INFOS ET RÉSERVATIONS

04.66.23.99.43 - appeldair@gmail.com

Il est conseillé de réserver sa place au moins **3 semaines avant le stage**

Hébergement possible, n'hésitez pas à nous appeler pour plus de renseignements

N° Siret : 428 261 515 00046 - Licence 3-1025895
PAO : jbalagayrie@gmail.com

TURBUL FABRIQUE CIRCASSIENNE

Dimitri HIRAUX

ACRO-DANSE / MOUVEMENT ACROBATIQUE

17/04
18/04

80€ + 17€

12 10h-12h et 14h-18h

Acro Danse / Le Mouvement acrobatique ou l'idée de la recherche de mouvement accompagnant l'acrobatie pour la transformer, la développer et la subjuguer ! Comment chacun de par son corps peut prendre l'acrobatie et la dériv pour s'approprier une figure et l'inscrire dans un tout plus grand !

C'est très pimpant tout ça... Bref,
Viens on va bouger, sauter et s'envoler !

Stage autour de la recherche corporelle ouvert à tous niveaux



ÉQUILIBRES TOUS NIVEAUX

CHRISTELLE DUBOIS

23/01
24/01

80€ + 17€

10 samedi 14h-18h
dimanche 10h-13h et 15h-18h

Ce stage abordera plusieurs étapes avant de monter sur les mains, puis on fera l'expérience des différentes montées et descentes. On passera par un travail de placement des boîtes articulaires, du rapport au sol et de la respiration.

Les exercices sont proposés pour trouver ses propres chemins, puisque chaque corps est singulier, et que tenir en équilibre doit rester un plaisir, pas une torture physique.



CORDE ET TISSU

30/01
31/01

VIOLETTE HOCQUENHEM ET MAGALI BILBAO

80€ + 17€

12 samedi 14h-18h
dimanche 10h-13h et 15h-18h

Grimper, se suspendre, mettre la tête en bas, voir le monde à l'envers... C'est à travers des jeux et des improvisations que nous aborderons les agrès aériens, que nous dépasserons nos peurs du vide et nous amuserons à voir le monde de tout en haut.

Nous travaillerons les figures, créerons des routines, jouerons avec les rythmes, les différentes hauteurs ainsi que les partenaires.



ÉCRITURE

FLORENTIN FOUCH

6/02
7/02

50€ + 17€

10 10h-12h
et 14h-16h30

Écrire,
la fleur au fusain

L'idée, c'est de jouer avec la langue De la délier avec des techniques simples, pour écrire différentes formes de textes, une poésie ou une chanson par exemple.

Puis de l'attirer là où elle peut vous être utile, comme dans le texte de présentation de votre projet artistique ou un texte personnel. Utiliser vos mots à vous, trouver vos propres outils pour prendre du plaisir à écrire.

ACROBATIE PRIMESAUTIÈRE

6/03
7/03

PIERRE CHARTIER

80€ + 17€

10 samedi 14h-18h
dimanche 10h-12h
et 14h-18h

Quelle part d'animalité gesticulatoire nous reste-t-il ? Adultes bipèdes à la posture convenue, quel besoin avons-nous de nous rouler par terre ? Ou de sauter en l'air au risque de tomber, ou de sauter franchement dans les bras de la meute. Si ce n'est un besoin c'est souvent une envie, le mouvement engagé est un jeu primordial, le jeu où se rencontre le plaisir et la peur.

Ce stage d'acrobatie sans ambition technique est juste une occasion de jouer comme des gosses.



CLOWN

CLAIRE

13/03
14/03

80€ + 17€



samedi 14h-18h
dimanche 10h-13h et 14h-17h

Le clown est un être naïf, sensible, spontané, qui vit dans le moment présent. Tout ce qui lui arrive est source de jeu et d'émotion, qu'il fait partager au public. Il est à la fois dans son monde et dans le nôtre ! C'est pour cela qu'il s'emmêle parfois les pieds, et nous fait rire. Entrer dans le travail du clown ne nécessite aucun savoir particulier. C'est un travail basé sur le corps, pour tout d'abord apprendre à ressentir. Il est ouvert à toute personne ayant l'envie de s'amuser avec soi et les autres, de se découvrir dans le plaisir du jeu, de rire, de s'étonner, de se surprendre.



FIL DE FER

JÉRÔME D'ORSO

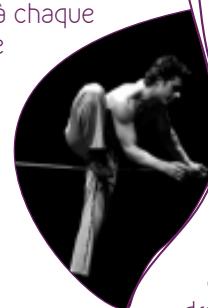
20/03
21/03

80€ + 17€



samedi 14h-18h
dimanche 10h-13h et 14h-17h

Un espace entre ciel et terre qui s'ouvre pour un pas, une danse, un jeu, un dialogue à chaque instant renouvelé entre les potentiels de notre corps, éclairé par les principes de la biomécanique, et l'urgence de la gravité. Au travers de la transmission d'un lexique de base, l'enjeu sera de développer notre écoute, notre « sens de l'équilibre », et de composer librement avec la dynamique du fil pour faire de chaque instant une danse singulière faites de chutes, de rattrape, et de joyeux vertige.



MÂT CHINOIS

GABRIEL RAINJONNEAU

27/03
28/03

80€ + 17€



samedi 14h-18h
dimanche 10h-12h et 14h-18h

Véritable défi à la gravité, le mât chinois est tantôt notre allié, tantôt notre meilleur ennemi. Ça tire ici, ça pousse là : comment tenir, mais surtout comment bouger !? Ce stage inclura un travail sur différentes montées, des figures dynamiques (chutes, vrilles, glissé, rattrapé !) et statiques (planches, drapeaux...) ainsi que des enchaînements.



Tout le long du stage nous essaierons de rechercher la fluidité qui fera dépasser à vos mouvements le simple tour de force !

Prévoir un collant et un pantalon solide, deux t-shirts à manches longues bien couvrants, chaussures à semelles souples

CORDE LISSE

UNE POÉSIE VERTICALE

10/04
11/04

INBAL BEN HAIM

90€ + 17€



samedi 11h-13h et 14h30-18h
dimanche 10h-13h et 14h30-17h30

Stage avancé, recherche et mouvement. Entre le haut et le bas, la terre et l'air, la corde lisse invite à un regard épuré sur notre mouvement dans l'air. Nous allons chercher les appuis, les accroches, pour sortir des figures connues, mais aussi explorer la relation avec l'agrès, le relâchement et le travail sans effort - pour être le plus disponible, disons libre, dans notre expression. Avec le graphisme de la corde et du corps, on cherchera à écrire des images fortes qui résonnent, sans mots : notre poésie personnelle. Nourri par la danse-contact, la danse butoh et les arts martiaux, ce stage travaillera sur le lien entre la conscience et nos mouvements, pour découvrir des nouvelles perceptions et de



CORDE VOLANTE

13/05
14/05

-10 % pour les deux stages



90 + 17€



10h-12h et 14h-18h

Si vous avez la nostalgie de vos envols d'enfance, que vous rêvez de retrouver la sensation du grand ballant de la balançoire quand vos pieds ne touchaient pas encore le sol... Ce stage est fait pour vous : sur une corde de 7m accrochée à 6 m de haut, vous enroulerez et déroulerez vos envies jusqu'au vertige !

Avis aux amateurs et aux professionnels - venez avec vos baskets et la grosse patate !



TRAPÈZE VOLANT ET TRAMPOLINE

15/05
16/05

90€ + 17€



10h-12h et 14h-18h

Ce stage s'adresse à toutes celles et ceux qui depuis toujours rêvent de goûter les joies et les plaisirs de l'envol, quitter le plancher des vaches pour « tutoyer » les hauteurs, se risquer à transcender sa peur qui recouvre trop souvent un violent désir... Sophie Kantorowicz mettra tout son savoir-faire en œuvre pour atteindre ces objectifs avec vous. La partie trampoline permettra de travailler différemment avec les sensations du corps en l'air. Aucune contre-indication physique, seule condition : l'envie !

