

Ecole ouverte en mars au Lycée Lislet Geoffroy
En partenariat avec la Compagnie Cirquons Flex

Un atelier d'initiation aux arts du cirque !



Du lundi 4 au vendredi 8 mars 2024, durant 3 heures tous les matins, Mia, Faïka, Raphaël, Grégory, Julia, Ilan, Camille, Mathys, Lény et Evane, élèves de seconde au Lycée Lislet Geoffroy, avec la professeure Mme Dupont-Ramaye, nous avons été initiés aux arts du cirque, en préfiguration de la résidence de territoire qui aura lieu au lycée d'octobre à décembre 2024.

Nous avons découvert les multiples activités qui font la richesse du cirque, car le cirque se nourrit de tous les domaines du spectacle vivant.

1ère consigne : la **sécurité** ! On fait attention à soi, et aux autres. Le cirque, c'est sportif, artistique, spectaculaire : on sort de sa zone de confort, mais on reste vigilant...

2è consigne : le sens de l'équipe. Faire ensemble, échanger par le regard, être solidaire. Au cirque, pas de compétition, mais une **collaboration** efficace et une **confiance** indispensable.

3è consigne, liée aux deux premières : être toujours très **attentif** à ce qui se passe, pour éviter l'accident et pour être efficaces tous ensemble.



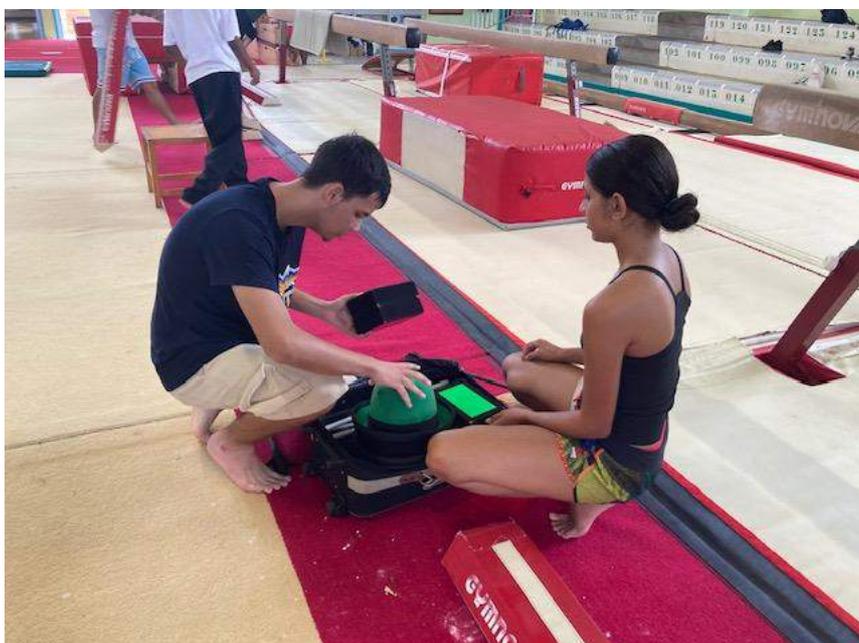
Les acrobaties nous ont beaucoup occupés : en individuel, en groupes, et en collectif. Jeux d'occupation de l'espace et de déplacements, sauter, porter, parer, accompagner, freiner... nous avons été tour à tour "porteurs" ou "voltigeurs". Les acrobaties sont liées à la musique : tout est "rythmé", souvent en 3 temps : "haut/bas/haut" pour un saut par exemple.



Nous avons aussi essayé des jeux d'équilibre sur objets : boules, chaises.



Le **jonglage** nous a moins occupés : balles, foulards, bâtons du diable, chapeaux, cerceaux. Il faut beaucoup d'entraînement et de persévérance...



Nous avons aussi été initiés à l'**aérien** : trapèze, cerceau, tissu, corde lisse.
Et pour les plus téméraires, le Salto !



Merci à notre intervenant, Gaël, qui nous a toujours encouragés à tenter, recommencer, réessayer, refaire et affiner... qui veillait à la sécurité, et nous faisait régulièrement des feedback pour vérifier nos envies, possibilités, difficultés...



En 15 heures de pratique, nous avons déjà bien progressé ! On est prêts pour la suite de l'aventure cirque !

