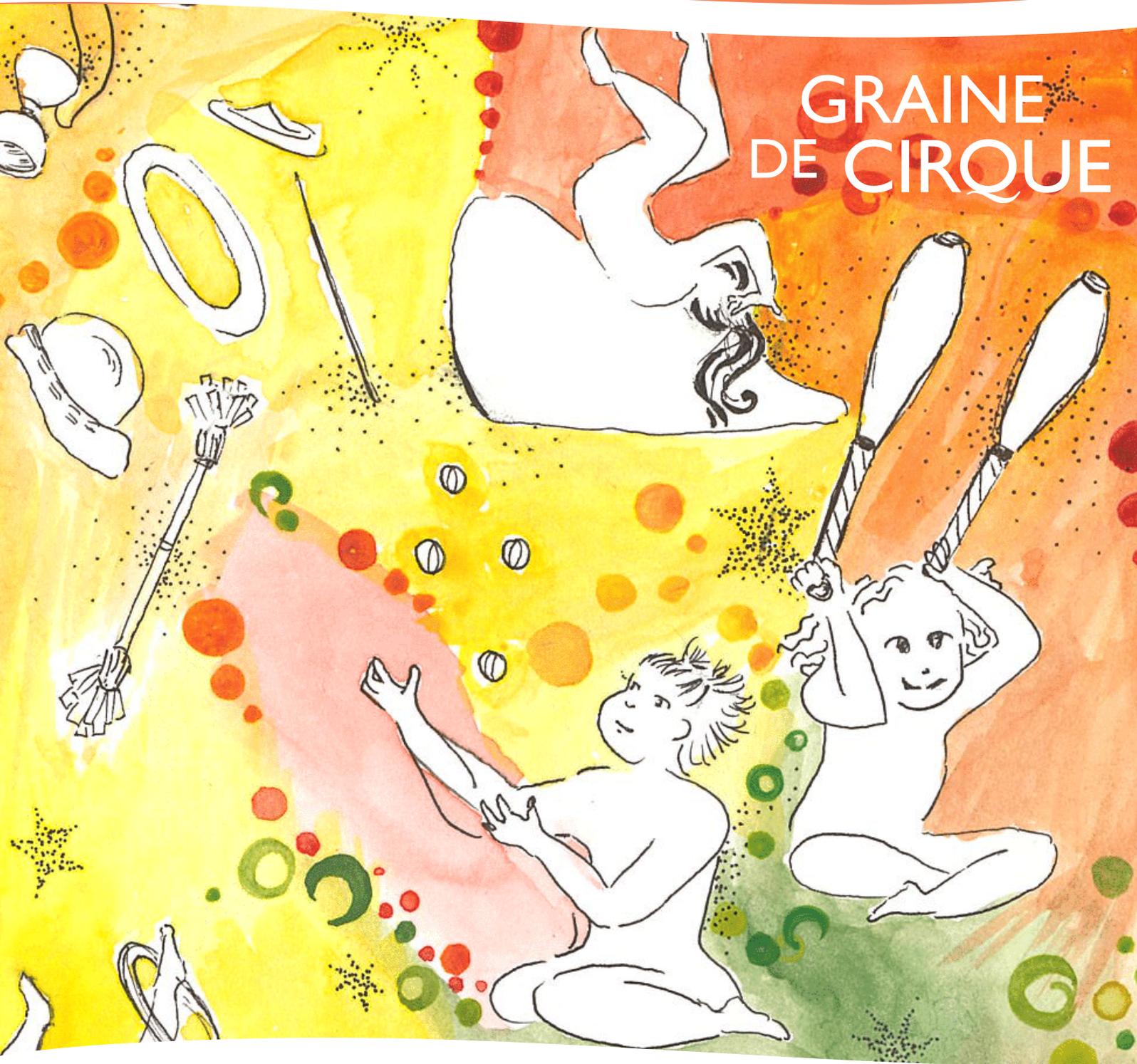


# COURS LOISIRS ARTS DU CIRQUE 23/24

GRAINE  
DE CIRQUE



Informations & inscriptions  
sur [www.grainedecirque.fr](http://www.grainedecirque.fr)  
Contact : 03.88.45.01.00  
[graine.de.cirque@orange.fr](mailto:graine.de.cirque@orange.fr)

- cours pluridisciplinaires
- à partir de 3 ans
- sous chapiteaux



# LES COURS PLURIDISCIPLINAIRES

Le projet pédagogique fixe **l'Épanouissement, l'Équilibre et l'Expérience** comme objectifs principaux et la motricité, l'expression, le relationnel et la créativité comme axes de travail.

Il s'inscrit dans le projet éducatif de la Fédération Française des Ecoles de Cirque : **« Le cirque est un art, il s'enseigne dans le respect de la personne ».**

Les cours pluridisciplinaires **sont accessibles à tous les âges**, pour tous les niveaux : à chaque personne correspond un groupe ! Ces cours permettent de découvrir ou d'approfondir ses compétences dans les différentes disciplines de cirque : acrobatie, expression, aériens (trapèze fixe, tissu, mât chinois,) jonglerie et manipulation d'objets, équilibre sur objets (fil, monocycle, boule...).

## LES DUOS :

**1h par semaine pour les enfants de 3 ans** (nés en 2020, ou entrant en petite section de maternelle en septembre 2023), accompagnés d'un de leurs parents. Accompagné par l'un de ses parents, l'enfant joue, explore, découvre les possibilités de son corps dans un espace aménagé et original. Les relations se développent et s'enrichissent, dans le groupe, et entre le parent et l'enfant et entre les parents.

> 275 € pour le duos - pour les créneaux se référer au planning

## LES GRAINES :

**1h par semaine, pour les enfants de 4 et 5 ans** (nés en 2019 et 2018). L'activité est basée sur la motricité libre, l'expérimentation et la socialisation, avec un aspect ludique prédominant.

> 237 € - pour les créneaux se référer au planning

## BOURGEONS :

**1h30 par semaine à partir de 6 ans.** Explorer ses capacités corporelles à travers les techniques et objets du cirque : se déplacer, s'organiser au sein du groupe et se lancer sur la piste.

### **BOURGEONS 1 (débutants ou anciennes graines)**

- > 6/7 ans (nés en 2016/2017)
- > 8/9 ans (nés en 2014/2015)
- > 10/12 ans (nés en 2011/2012/2013)

### **BOURGEONS 2 (uniquement anciens Bourgeons 1)**

- > 7/9 ans (nés en 2014/2015/2016)
- > 10/13 ans (nés en 2010/2011/2012/2013)

### **BOURGEONS 3 (uniquement anciens Bourgeons 2)**

- > 8/9 ans (nés en 2014/2015)
- > les élèves plus âgés vont ensuite en Pousses !

> 275 € - pour les créneaux se référer au planning

## LES ADOS DEBUTANTS

**2h par semaine** pour les ados de 13 à 18 ans

- > Ados débutants (nés entre 2004 et 2009)

> 314 € - pour les créneaux se référer au planning



## POUSSES :

**2h par semaine, à partir de 9 ans.** Le temps des approfondissements arrive : le geste s'affirme, l'intention s'affiche, l'imaginaire, l'expression et la technique se croisent. La recherche artistique et la confrontation au public sont présentes.

> Pousses 9/11 ans (anciens Bourgeois 3/2 nés en 2012/2013/2014)

> Pousses 12/15 ans (anciens Pousses 9/11 ans ou B2 nés en 2008/2009/2010/2011)

> 314 € - pour les créneaux se référer au planning

## SYLVESTRES :

**2h par semaine pour les 16/18 ans.** La maîtrise technique est au service du propos artistique.

> Sylvestres 16/18 ans (anciennes pousses 12/15 et ados 13/15 nés en 2005/2006/2007).

> 314 € - pour les créneaux se référer au planning

## LES ADULTES :

**2h par semaine** pour les personnes nées avant le 20/09/2005.

> 314 € - pour les créneaux se référer au planning



# LES COURS SPÉCIALISÉS

## L'APPROFONDISSEMENT :

**Un seul critère, la motivation !** Le cours est accessible à tous les élèves désirant faire un 2ème cours, pour aller plus loin, affiner les techniques, rencontrer d'autres élèves. L'approfondissement est un complément à un cours pluridisciplinaire ou à un groupe de création.

> 129 € - pour les créneaux se référer au planning

## COURS DE SPÉCIALITÉS :

> **Spécialité aérien / mât chinois** (à partir de 10 ans) : pour des élèves expérimentés, qui devront passer d'abord par au moins une année de cours pluridisciplinaire. Il n'est pas ouvert aux débutants. Ce cours explore différentes disciplines aériennes : trapèze fixe, tissu, corde lisse, cerceau aérien, mât chinois. L'approche est aussi bien technique qu'artistique, avec un travail global autour du mouvement au sol comme dans les airs.

> **Spécialité acrobatie** (à partir de 10 ans) : pour des élèves expérimentés, qui devront passer d'abord par au moins une année de cours pluridisciplinaire. Il n'est pas ouvert aux débutants. C'est un cours spécialisé : apports en portés acrobatiques, acrobaties dynamiques et statiques (travail au sol, sur cannes d'équilibres, etc.).

> **Spécialité jonglerie** (à partir de 8 ans) : Le cours de spécialité jonglerie est ouvert à tous : jongleurs expérimentés comme explorateurs curieux. Le cours abordera la jonglerie et la manipulation d'objets de façon aussi bien individuelle que collective, alternant travail technique et recherche artistique. Les supports : balles, massues, anneaux, diabolo, bâton du diable...

> **Spécialité équilibre sur objets** (à partir de 8 ans) : pour des élèves ayant déjà expérimenté l'agrès choisi : traverser le fil, rouler en monocycle, marcher debout en boule, tenir en équilibre debout et monter sans aide en rolla-bolla. Les élèves peuvent choisir une ou plusieurs des disciplines proposées afin de se perfectionner techniquement, jouer et trouver leurs repères et leur liberté sur les agrès.

> 129€ - pour les créneaux se référer au planning

## GROUPES DE CRÉATIONS :

**Des créneaux dédiés à la création de formats de spectacles** ou de numéros. Pour les jeunes désireux de rencontrer le public et vivre l'aventure de la création ! Merci de consulter le bureau ou un animateur avant de vous inscrire dans un de ces groupes.

> Pousses en Piste - 2h par semaine

> 314 € - pour les créneaux se référer au planning

> Groupe Création : **! un 2ème cours de spécialité est obligatoire pour s'inscrire.** 2h15 par semaine + 2h de cours de spécialité

> 478 € (349 € + 129 € pour le cours de spécialité) -  
pour les créneaux se référer au planning



# MODALITÉS D'INSCRIPTION

- > **COMMENT ?** Uniquement en ligne via notre site internet [www.grainedecirque.fr](http://www.grainedecirque.fr). Une fois le formulaire rempli nous vous envoyons un mail de confirmation d'inscription vous indiquant le montant total à régler? Vous avez alors 7 jours pour procéder au règlement.
- > **MODE DE PAYEMENT ?** Espèces, virement bancaire, chèques (possibilité de règlement en 3 fois - attention il s'agit d'une facilité de paiement pas d'une inscription au trimestre), ANCV (hors adhésion et licence)
- > **ADHÉSION ET LICENCE :** Elles sont obligatoires pour pratiquer l'activité. L'adhésion est au tarif de 12 € pour la famille, elle est valable du 01/07/2022 au 30/06/2023. La licence fédérale est au tarif de 22.70 €, elle est individuelle et obligatoire et conditionne l'assurance du pratiquant.
- > **RÉDUCTION :** Une réduction de 10% est appliquée dès l'inscription d'un deuxième enfant (sur le cours le moins cher). Réduction de 20% à partir du 4ème enfant inscrit.

## DES QUESTIONS ?

- > **CONTACTER LE SECRÉTARIAT :** par mail à [graine.de.cirque@orange.fr](mailto:graine.de.cirque@orange.fr) ou par téléphone au 03.88.45.01.00.
- > **CONSULTER NOTRE SITE INTERNET :** n'hésitez pas à consulter la rubrique "COURS A L'ANNEE" de notre site internet [www.grainedecirque.fr](http://www.grainedecirque.fr). Vous y trouverez toutes les informations nécessaires, dont un questionnaire de positionnement pour vous aider à choisir le groupe de votre enfant (ou le votre).

