# STAGES 26-27

CHAPIDOCK

## ACROBATIE
### 19 au 23 octobre

Tous niveaux, à partir de 18 ans

10h-13h avec **Christophe LIBOT**
Tarif: 200 € + 10 € adhésion

Ce stage est l'occasion de pratiquer l'acrobatie au sol (roue, roulade, flip et autres figures de l'acrobatie circassienne).
Le "système" acrobatique vient de l'Opéra de Pékin où l'on privilégie, le long, le rond, la respiration , le rebond plutôt que la force et l'impact.
En même temps qu'on y apprend les figures, on y apprend aussi les parades.

## TRAPEZE FIXE
### 31 octobre

Niveau intermediaire - avancé

14h-17h avec **Lula de la Cie Glaz**
Tarif: 25 € + 10 € adhésion

L'objectif de ce stage est à la fois d'apporter un peu de « vocabulaire » mais aussi de découvrir une autre façon d'aborder le trapèze en cherchant à ouvrir des pistes de recherches personnelles. Nous aborderons certaines notions de placements, naviguerons à travers les différentes « familles » de vocabulaire technique en trapèze (suspensions, équilibres, rotations, chutes...etc), et explorerons, à travers le jeu et la contrainte, plusieurs façons de trouver ses propres chemins, de construire ses propres mouvements, de se surprendre et de chercher le plaisir et l'amusement !

## STAGE ENTRE POTES !
### 7 novembre

Tous niveaux

15h-18h avec les **profs du Chapidock**
Tarif: 30 € + 10 € adhésion

Envie de se retrouver, s'amuser, et se surprendre ?

Ramenez vos potes au Chapidock pour une après midi de découverte du cirque à travers des jeux et des défis !
Portés acrobatiques, agrès aériens, jonglerie et équilibre sur objets sont au programme.

## ACRO DANSE
### 22 novembre

Débutant.es et intermédiaires ayant déjà une pratique cirque

10h-17h avec **Tom Binet de la Cie Le Grand O**
Tarif: 85 € + 10 € adhésion

Découverte ou enrichissement de votre pratique de l'acrocéphalie-danse.
L'attention sur le rapport au sol, la qualité du mouvement et la capacité des danseurs/acrobates à développer un rapport différent à la gravité..

## ROUE CYR
### 29 novembre

Tous niveaux

10h-17h avec **Tommy Entresangles**
Tarif: 100 € + 10 € adhésion

Je vous propose un travail autour du cercle pour tout niveaux, au programme de la manipulation seul.e et en groupe, du travail dans le cercle, en roue (grande spirale) et en pas de base (valse) en fonction des niveaux et des volonté, du travail de duo dans la roue et si le temps et le coeur nous en dit eventuellement un travail d'impro seul.e ou à plusieur en fonction des envies et affinitées.

# STAGES 26-27

CHAPIDOCK

## STAGE FAMILLE
### 6 décembre

Tous niveaux, à partir de 3 ans.

10h-15h avec les **profs du Chapidock**

Tarif: 30 € + 10 € adhésion

Un dimanche convivial et ludique au Chapidock pour découvrir l'univers des arts du cirque en famille : acrobatie, jonglerie, équilibre sur objets, aérien... Se retrouver, s'amuser, se surprendre !
Un.e adulte par enfant minimum (les adultes participent aux activités au même titre que les enfants.)

## STAGE ENTRE POTES !
### 16 janvier

Tous niveaux

15h-18h avec les **profs du Chapidock**

Tarif: 30 € + 10 € adhésion

Envie de se retrouver, s'amuser, et se surprendre ?

Ramenez vos potes au Chapidock pour une après midi de découverte du cirque à travers des jeux et des défis !
Portés acrobatiques, agrès aériens, jonglerie et équilibre sur objets sont au programme.

## STAGE FAMILLE
### 17 janvier

tous niveaux, à partir de 3 ans.

10h-15h avec les **profs du Chapidock**

Tarif: 30 € + 10 € adhésion

Un dimanche convivial et ludique au Chapidock pour découvrir l'univers des arts du cirque en famille : acrobatie, jonglerie, équilibre sur objets, aérien... Se retrouver, s'amuser, se surprendre !
Un.e adulte par enfant minimum (les adultes participent aux activités au même titre que les enfants.)

## STAGE VOLTIGE EN FAMILLE
### 24 janvier

Tous niveaux, binôme enfant-adulte (enfant entre 6 et 10 ans)

10h-13h avec **la Cie 4 à Corps**

Tarif: 40 € + 10 € adhésion

Nous vous proposons de passer un temps suspendu ensemble. Par le biais de propositions ludiques et adaptées à tous, nous découvrirons les joies de la danse et de la danse voltige . Nous jouerons à renverser les espaces, à les réinventer en se jouant de la gravité, avec comme appuis commun la corde qui sera notre fil conducteur dans cette aventure dansée.

## DANSE VOLTIGE
### 24 janvier

Tous niveaux

14h-17h avec **la Cie 4 à Corps**

Tarif: 40 € + 10 € adhésion

Nous découvrirons la danse voltige par le biais de la Cie 4 à Corps afin d'ouvrir des espaces de jeux ou le mouvement se transforme et cherche de nouveaux chemins. Nous jouerons à renverser les espaces, à les réinventer en se jouant de la gravité !
La corde sera notre lien, notre appui commun et notre fil conducteur dans cette traversée dansé.

# STAGES 26-27

CHAPIDOCK

## TRAPEZE BALLANT
## 10 janvier

Pré-requis

10h - 17h avec Paula Paradiso de la Cie AEN

Tarif: 80 € + 10 € adhésion

Pré-requis : avoir déjà fait du trapèze fixe et maîtriser les notions de base (se tenir debout, assise, suspendue par les mains, chevilles et jarrés), être à l'aise en hauteur.

Initiation au trapèze ballant avec le travail des prises du ballant, se tenir debout, assis.

Quelques figures de base seront abordées, et plus si affinités !

Amenez vos guêtres si vous en avez !

## CONTORSION
## 24 avril

Tous niveaux

10h-14h30 avec Antoine Branbant

Tarif: 35 € + 10 € adhésion

Antoine Brabant vous propose un travail de flexibilité adaptés à votre niveau pour les jambes et le dos.

Apprentissage de techniques actives et passives.

## MANIPULATION DE FOUET
## 25 avril

Tous niveaux

14h-18h avec Zicky Versari

Tarif: 35 € + 10 € adhésion

Une après midi pour découvrir et explorer la manipulation du fouet à travers des concepts de jonglerie.

Un enchaînement sera présenté en fin d'atelier.

# STAGES 26-27

CHAPIDOCK

## VÉLO ACROBATIQUE

### 31 janvier

Débutant - initiation

10h-17h avec **Alice Allart de la Cie Bikes and rabbits**

Tarif: 80 € + 10 € adhésion

Découverte de la discipline du vélo acrobatique en solo et en groupe.
Jeux, Figures, Surplaces, Portées, Equilibres
Pour les cyclistes de tous les jours qui veulent crâner en société...
Amener des chaussures ou baskets avec une semelle assez fine, dans lesquelles vous pouvez bien bouger.

## ESCARLOPETTE

### 7 février

Avoir déjà une pratique de cirque

10h-17h avec **Maxime Le Mestre de la Cie Rions NoiR**

Tarif: 130 € + 10 € adhésion

L'escarpolette est l'ancêtre de la balançoire de la même manière que la corde volante est l'ancêtre du trapèze ballant. Découvrir la sensation du grand élan, des grands balancements, des points morts hauts devant et derrière, moments clefs du trapéziste où son poids disparaît dans les airs, et où alors tout devient possible !

## TRAPÈZE FIXE

### 7 mars

Niveau intermediaire - avancé

10h-17h avec **Lula de la Cie Glaz**

Tarif: 50 € + 10 € adhésion

L'objectif de ce stage est à la fois d'apporter un peu de « vocabulaire » mais aussi de découvrir une autre façon d'aborder le trapèze en cherchant à ouvrir des pistes de recherches personnelles. Nous aborderons certaines notions de placements, naviguerons à travers les différentes « familles » de vocabulaire technique en trapèze (suspensions, équilibres, rotations, chutes...etc), et explorerons, à travers le jeu et la contrainte, plusieurs façons de trouver ses propres chemins, de construire ses propres mouvements, de se surprendre et de chercher le plaisir et l'amusement !

## ROUE CYR

### 14 mars

Tous niveaux

10h-17h avec **Tommy Entresangles**

Tarif: 100 € + 10 € adhésion

Je vous propose un travail autour du cercle pour tout niveaux, au programme de la manipulation seul.e et en groupe, du travail dans le cercle, en roue (grande spirale) et en pas de base (valse) en fonction des niveaux et des volonté, du travail de duo dans la roue et si le temps et le coeur nous en dit eventuellement un travail d'impro seul.e ou à plusieur en fonction des envies et affinitées.

# STAGES 26-27

CHAPIDOCK

## DÉCOUVERTE AÉRIENS

### 20 mars

Tous niveaux

14h-17h avec les **profs du Chap**

Tarif: 40 € + 10 € adhésion

Vous rêvez de décrocher la lune, de voler de vos propres ailes ou de vous mettre la tête à l'envers ? Essayez les acrobaties aériennes !!
Les intervenantes de l'équipe du Chapidock vous proposent une découverte de différents agrès aériens : trapèze, cerceau, corde lisse, tissus …

## STAGE FAMILLE

### 21 mars
### 11 avril

Tous niveaux, à partir de 3 ans.

10h-15h avec les **profs du Chapidock**

Tarif: 30 € + 10 € adhésion

Un dimanche convivial et ludique au Chapidock pour découvrir l'univers des arts du cirque en famille : acrobatie, jonglerie, équilibre sur objets, aérien... Se retrouver, s'amuser, se surprendre !
Un.e adulte par enfant minimum (les adultes participent aux activités au même titre que les enfants.)

## DANSE CONTACT ET VOLTIGE

### 4 avril

Tous niveaux

10h-17h avec la Cie 4 à Corps

Tarif: 80 € + 10 € adhésion

Aborder la pratique de la danse voltige à partir des fondamentaux de la danse contact, appui, dialogue avec la gravité, transfert de poids.
Tour à tour suspendus ou sur nos deux pieds, les duos de danseurs inviteront un troisième partenaire de jeu, la corde.

## FIL MOU

### 18 avril

Débutant-initiation, avoir si possible une pratique du fil ou slackline

10h-17h avec **Alice Allart de la Cie Bikes and rabbits**

Tarif: 80 € + 10 € adhésion

Découverte de la discipline du fil souple, un peu comme le fil de fer, mais complètement différent !
C'est un plus si les stagiaires ont déjà quelques notions d'équilibre sur objet (fil, échelle, vélo, monocycle, rola-bola, etc.).
Prévoir des chaussons avec une semelle fine, ainsi que des chaussettes et des pulls, etc., pour faire du rembourrage et éviter de se faire mal sur la corde.

## ACRO DANSE

### 23 mai

Débutant.es et intermédiaires ayant déjà une pratique cirque

10h-17h avec **Tom Binet de la Cie Le Grand O**

Tarif: 85 € + 10 € adhésion

Découverte ou enrichissement de votre pratique de l'acrocéphalie-danse.
L'attention sur le rapport au sol, la qualité du mouvement et la capacité des danseurs/acrobates à développer un rapport différent à la gravité..