

## STAGE Arts du Cirque par Cédric Flahaut

**HORAIRES : SAMEDI : 14 H À 19H - DIMANCHE : 10 H À 15H30**

**LIEU : SALLE DES FÊTES SAINT-ROMAIN DE LERPS - TARIF : 60 €**

**Encadré par Cédric Flahaut, artiste de la compagnie Amplitude**

### PROGRAMME

Découverte, perfectionnement et exploitation des disciplines suivantes :  
**TOUTES JONGLERIES** : Foulard, balles, quilles, anneaux, diabolos, bâtons, bolas.  
**ÉQUILIBRE SUR OBJET** : Fil, boule, rola bola, monocycle, pédalgos.  
**ACROBATIE**: Approche des bases en solo et figures composées à la portée de tous.

### DÉMARCHE DE L'INTERVENANT

Sécurité : Conscience des risques et responsabilité mutuelle pour le maître mot: zéro bobo.

Échauffements et préparation ludiques cibles sur les paramètres humain mis en oeuvre dans la pratique du cirque,

Considération des différences de chacun, afin de faire apparaître les qualités.  
Rechercher la force de simplicité dans le rapport à l'objet, grâce à la respiration, au mouvement, au mime, ou encore à la voix.

### OBJECTIFS

Plaisir d'une réussite personnelle dans la motivation et l'énergie d'un groupe.  
Perception de soi, de son espace et de ses axes.

**TENUE IDÉALE** : pantalon de sport et chaussons de gym, cheveux attachés.

**INSCRIPTION : C<sup>ie</sup> Zinzoline - Saint-Péray**

**04 75 81 01 20**

# mimages

Festival des Arts du Mime en Ardèche

Du 20 mars au 27 mars 2010

## STAGES 20 & 21 MARS

### MIME

### DANSE

### ARTS DU CIRQUE



## FORMATION

## STAGE initiation aux Arts du Mime par Philippe Phénieux

**HORAIRES : SAMEDI : 14 H À 19H - DIMANCHE : 10 H À 15H30**

**LIEU : SALLE DES FÊTES DE SAINT SYLVESTRE - TARIF : 60 €**

Philippe Phénieux est le directeur artistique de la Compagnie Zinzoline, comédien mime

### OBJECTIFS

Acquérir une base d'échauffement corporel commune aux métiers de la scène. Découvrir une technique d'expression, le mime et se l'approprier. Apprendre à maîtriser son corps, développer sa créativité par le jeu scénique. S'accepter corporellement. Découvrir son schéma corporel pour une meilleure assise intérieure un mieux-être. Optimiser sa relation à autrui en développant la concentration et l'écoute. Apprendre à maîtriser ses émotions. Développer sa créativité à travers l'imaginaire et le jeu corporel.

### MOYENS

Travail sur le geste :

Echauffement progressif - Analyse de la segmentation corporelle - Etude des axes et charnières : buste, bassin, jambes - La verticalité - Centre de gravité et équilibre - Les attitudes - La construction de personnages - Les marches de caractère - L'expression des sentiments - La ponctuation gestuelle - L'identification - Le rythme - Les manipulations d'objets - Conscience de l'espace scénique - Gestes et attitudes qui appuient ou desservent la communication.

### RELAXATION

Exercices respiratoires et musculaires de lâcher-prise.

### CRÉATION

Improvisation à partir d'évolutions personnelles ou en groupe sur des thèmes libres ou imposés.



## STAGE Danse par Julie Serpinet

**HORAIRES : SAMEDI : 14 H À 19H - DIMANCHE : 10 H À 15H30**

**LIEU : SALLE DES FÊTES D'ALBOUSSIÈRE - TARIF : 60 €**

Encadré par Julie Serpinet (artiste et directrice de la compagnie Songes)

### OBJECTIFS

Les jeux et exercices amèneront : ouverture à soi et à l'autre, expressivité et créativité personnelle, connaissance des messages de son corps, perception affinée de son environnement, expressivité à chaque instant.

Avec beaucoup de douceur, le stage amène chacun, du débutant à l'amateur confirmé, vers son propre potentiel créatif.



### Programme des spectacles à Saint-Sylvestre

**DIMANCHE 21 MARS à 16 h**

**Nouveau cirque - acrobatie humoristique "TRIO ZINDARE"**

**C<sup>e</sup> les lendemains - Tarif : Enfant : 3 € - Adultes : 6 €**

**SAMEDI 27 MARS : NUIT DU MIME**

**SOIRÉE CABARET : DÎNER - SPECTACLES**

**SPECTACLES DE MIME, DE JONGLERIE, D'ACROBATIE, DE DANSE,...**

**Tarif : Enfant : 15 € - Adultes : 25 €**