


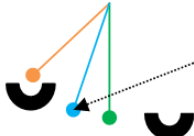
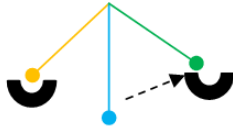

## « La jongle de liane en liane »

*Jongler à trois balles*

Ce qui est pénible lorsqu'on débute en jonglage, c'est que les balles tombent tout le temps. Prenez le temps de fabriquer des balles accrochées par un fil et vous pourrez les manipuler sans échec.

Jongler à trois balles est un geste complexe à réussir mais aussi à se représenter. En réalité, le mouvement est le même que si on faisait une tresse à trois fil.

Quand la tresse est terminée, on peut continuer à l'envers en la détreissant !

Tenir une balle dans chaque main. La troisième pend.	Envoyer la balle droite entre les deux autres fils (le gauche et celui qui pend)	Attraper le fil qui pend	Envoyer la balle gauche entre les deux autres fils (le droit et celui qui pend)
			

Fabrication des lianes :

1. Trouer des balles de tennis pour y faire passer une cordelette comme dans une grosse perle.
2. Mettre des balles au fond de vieilles chaussettes puis nouer le bout à une corde ou à un lacet.

## « En première page du journal »

*Solidarité et astuces*

Pour un groupe de 6, placer une grande feuille de journal à plat sur le sol, dur si possible.

Les partenaires du groupe doivent tous réussir à monter sur le journal sans le déchirer.

Conseils : il faut aller doucement, se parler, se toucher, se tenir, se calmer et trouver des astuces (monter sur le dos, se pencher dans le vide, monter sur les pointes de pieds...).

Si le défi est réussi, on peut essayer sur une feuille plus étroite.

Ne vous inquiétez pas, il est rare de réussir du premier coup !

Alors prévoyez plusieurs feuilles.



## « Vue aérienne»

*Acrobatie sans danger*

Comme sur le trapèze des modules, il est possible de réaliser des figures à plat sans danger qui représentent des figures verticales dangereuses ou impossibles. Il suffit de changer d'angle de vue et voir l'horizontal à la place de la verticale.

Vous pouvez vous photographier ou même vous filmer en réalisant des figures :

- Seul : comme si vous teniez en équilibre sur une main, en faisant un tour sur vous même
- A deux : représenter une pyramide classique ou impossible
- A plusieurs : composer une pyramide complexe, il est possible que tout le monde parte de la position debout (pied le long du mur !) et jouer à monter en se hissant sur les porteurs.

Chaque détail compte pour rendre l'illusion crédible : prendre son temps, chercher son équilibre en tremblant, tenir fermement ses partenaires, regarder droit devant soi...

Philippe Découflé a utilisé cette technique pour son spectacle « Shazam ». Comme dans un théâtre imaginaire. Vous pouvez trouver la vidéo facilement.

## « Risque au cirque : tenter l'impossible»

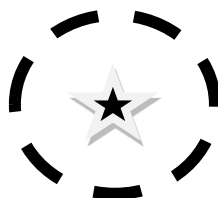
*Gérer le risque et assumer ses émotions*

Formez une ronde. Le centre du cercle représente la place du village.

Au centre de la place, positionnez une poubelle.

Chacun porte un objet (une balle, une boule de papier).

Chacun peut se déplacer dans la place à condition **d'être seul et de ne pas sourire**



Lorsqu'une personne est seule sur la place, elle est libre de faire ce qu'elle veut mais elle doit choisir le **lieu, le moment et la manière** pour envoyer son objet dans la poubelle. C'est l'occasion de tenter l'impossible !

Si elle réussit, les villageois l'applaudissent. Si elle échoue, les villageois la huent.

Qu'elle réussisse ou qu'elle échoue, ce n'est pas important, le but est de réussir à récupérer sa boule de papier et à revenir à sa place sans montrer ses émotions (joie ou déception).

## « Enquête de sens »

*devenir spectateur sensible*

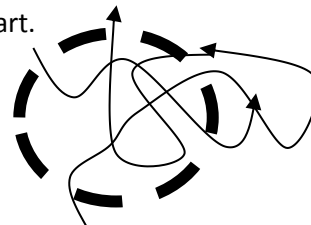
S'asseoir en ronde et numéroter chaque joueur.

Donner une consigne secrète à la moitié des joueurs ils deviennent acteurs. Les autres sont spectateurs. Les acteurs réalisent le mieux possible cette consigne. A l'issue de cette courte représentation les spectateurs expriment ce qu'ils ont ressenti.

*Notez que l'important n'est pas de trouver la consigne secrète mais de s'exprimer sur son ressenti. On découvre que plusieurs angles de vue sont valables et que l'on perçoit tous les moindres détails.*

Les consignes doivent être simples. En voici quelques-unes inspirées de Columbia Circus :

- Déplacez vous vite autour du cercle et très lentement au milieu du cercle. « Comme si on se précipitait sous un chapiteau »
- Fuyez le contact avec les autres. « Comme si on quittait un lieu »
- Déplacez vous comme vous voulez mais en regardant fixement un détail de votre choix. « Comme si on se regardait dans une glace »
- Effleurez discrètement trois personnes « Comme un boxeur »
- Enchaînez trois actions comme bon vous semble : sauter, tourner, glisser « Comme un numéro d'acrobatie
- Prenez un objet, le déplacez et le posez à un endroit pour le mettre en valeur « Comme un maquettiste »
- Enchaînez trois actions : se cacher, monter sur et vous allonger « Comme un trapéziste qui tombe »
- Déplacez-vous et saluez les gens que vous croisez d'une manière différente « comme un salut après un spectacle »
- Déplacez-vous avec votre corps mou proche de votre place et avec le corps de plus en plus raide au fur et à mesure que vous vous éloignez de votre point de départ.



## « Clown saturation »

*Se trouver en situation d'improvisation*

Chacun passe sur scène à tour de rôle (ou plusieurs à la fois) pour essayer de relever les défis d'improvisation.

- Passer en piste sans sourire
- Passer sur piste en regardant toujours les spectateurs (on peut chercher un objet caché)
- Passer sur piste en parlant sans arrêt, il faut tenir le plus longtemps possible
- Rester en piste en parlant sans arrêt malgré trois gardes du corps qui vous poussent en dehors

Tout le monde rigole très vite au début et il faut répéter plusieurs fois avant de réussir à maintenir son sérieux sur scène. Il faut veiller aussi à ce que les rires ne deviennent pas des moqueries malveillantes. Rire de soi est une jolie expérience.

En cas de fou rire, pourquoi ne pas en profiter pour se réjouir de ce moment souvent communicatif mais en inversant la consigne : il faut reprendre son sérieux avant d'avoir le droit de sortir de piste.

### « Danseur de corde »

*Trouver l'équilibre à faible hauteur*

Sur le principe du module de la Circo Mobile, positionnez une longue corde ou plusieurs petites cordes sur l'espace de jeu. C'est le principe du « pas touche terre ».

- Franchissez la corde sans poser le pied à côté
- Réalisez une figure au milieu de la corde (une attitude, un équilibre, un saut, un tour...)
- Franchissez la corde en allant vite et sans perdre l'équilibre
- Franchissez la corde et croiser un partenaire partant de l'autre extrémité

Pour trouver son équilibre, il est conseillé de garder les pieds bien droits sur la corde et de lever les bras au-dessus des épaules pour faire balancier.

Il est plus facile de tenir sur un seul pied car la seconde jambe fait balancier. En revanche fermer les yeux rend la tâche plus délicate.

### « Train humain »

*Maîtriser ses mouvements et ajuster ses coordinations*

Le principe est de suivre son prédécesseur comme s'il était une locomotive suivie de wagons.

- Suivez une personne et adopter son rythme pour être synchronisés. Petit à petit on arrive à marcher dans ses pas.
- Imiter sa démarche et sa gestuelle même s'il fait des mouvements de bras.
- On peut aussi poser ses pieds exactement au même endroit que son prédécesseur. Il ne faut regarder que sa locomotive pour rester très précis.

La locomotive a souvent envie de piéger ses wagons en réalisant des mouvements surprenants.

S'il fait demi-tour, c'est le wagon qui devient la locomotive.