



25-27, rue Auguste Lançon 75013 Paris • Téléphone 01 45 80 29 75 • Courriel : [cirquaouette@bbox.fr](mailto:cirquaouette@bbox.fr)  
• Site : [www.cirquaouette.org](http://www.cirquaouette.org)

## STAGE D'ACROBATIES AERIENNES ADOLESCENT/ADULTE

Un stage de 4 jours pour découvrir et approfondir différentes figures de base ou plus avancées au trapèze, au tissu et au cerceau. En s'appuyant sur ce travail technique, nous évoluerons vers un travail de recherche et d'expression notamment en développant la dimension artistique dans la recherche de la musicalité, le rythme et la justesse du geste dans la composition des enchainements

*Déroulement :*

Échauffement spécifique et préparation physique

Cours technique (renforcement, placement, figures)

Atelier (recherche et/ou improvisation)

Etirements et relaxation

**PUBLIC :** Tous niveaux – Adolescents/Adultes

**DATE et HORAIRES :** Du Lundi 23 au Jeudi 26 février 2026 – 19h30/22h

**PRIX du STAGE :** 190€ (+ adhésion à l'association 15€)

Le stage aura lieu sous condition d'un minimum de 5 inscrits, maximum 10 participants.

**TENUE VESTIMENTAIRE :**

Vêtements proches du corps (caleçon, jogging/tee-shirt).

**Vous devez vous munir d'une paire de chaussettes propres dédiée à l'activité et d'une solution hydro-alcoolisée pour désinfecter mains et pieds avant les activités.**

**CONDITIONS D'INSCRIPTION :**

**Important :**

Une option d'inscription peut se faire par téléphone. Elle sera enregistrée à réception du bulletin et du montant du Stage. Une confirmation par mail vous sera alors adressée. Votre cotisation vous seront restituées en cas d'annulation du stage.

**Conditions d'assurance :**

Le participant doit présenter **un certificat médical d'aptitude ou une décharge médicale** (envoyée par mail) **à la pratique des techniques du cirque pour commencer le stage.**