

ECOLE DE CIRQUE DE SION

Rue du Vieux-Moulin 8 - 1950 SION

Tél. 027 / 327 22 40

Fax 027 / 327 22 34



Sion
Ecole de Cirque

PROGRAMME DES COURS 2018 / 2019

Cours	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Baby Circus de 2 (révolus) à 4 ans (accompagné par un adulte qui participe aux cours) Cet atelier aborde les arts du cirque à travers le jeu. L'enfant découvre de nouvelles sensations en marchant sur un fil, suspendu à un trapèze, en marchant sur une boule, etc.. Il explore ses possibilités physiques, apprend à se comporter en groupe tout en découvrant le monde du cirque.			09h00-10h00	09h00-10h00	09h00-10h00	
			10h00-11h00	10h00-11h00	10h00-11h00	
	14h30-15h30	14h30-15h30				
Atelier d'éveil de 4 à 6 ans Ce cours propose à l'enfant de découvrir les disciplines de base des arts du cirque : acrobatie, trampoline, trapèze, cerceau, tissu, boule, fil de fer, clownerie, magie, pyramide, jonglerie.	15h30-17h00	15h30-17h00		14h00-15h30		
	17h00-18h30		15h30-17h00		17h00-18h30	
Atelier découverte Ce cours est destiné aux enfants qui font du cirque pour la première fois et propose une découverte des disciplines de base des arts du cirque telles que : acrobatie, trampoline, trapèze, cerceau, tissu, boule, fil de fer, clownerie, magie, pyramides et jonglerie.			7-11 ans 14h30-15h00			
				NOUVEAU 17h00-18h30		
Spécialisation trapèze, cerceau, tissu (dès 7 ans) Le but de ce cours est l'apprentissage des figures de base et le développement de la musculature nécessaire aux pratiques des disciplines aériennes. Pour les 11-17 ans, il est nécessaire d'avoir intégré les figures de base.	Tissu 7 à 11 ans débutant 17h00-18h30	Cerceau débutant 17h00-18h30	Trapèze intermédiaire 17h00-18h30		Trapèze débutant 17h00-18h30	
	Tissu 12 à 17 ans avancé 18h40-20h10	Trapèze avancé 18h40-20h10		Tissu 7 à 11 ans avancé 18h40-20h10	Trapèze avancé 18h40-20h10	
Spécialisation acrobatie-trampoline (dès 7 ans) Acrobatie au sol, mini trampoline, grand trampoline, portés acrobatiques, équilibre.		7-13 ans 17h00-18h30	7-13 ans 17h00-18h30		7-13 ans 17h00-18h30	
		14-17ans 18h40-20h10	14-17ans 18h45-20h15	14-17ans 18h40-20h10	14-17ans 18h40-20h10	
Atelier d'équilibre (dès 7 ans) Cet atelier s'adresse à tous les enfants qui souhaitent apprendre à faire du monocycle, du monocycle girafe, de la bascule, marcher sur une boule ou un fil ou avec des échasses.				7-13 ans 17h00-18h30		
Atelier de perfectionnement ado et adulte S'adresse aux élèves ayant déjà acquis les bases des disciplines acrobatiques et aériennes, il propose un approfondissement des ces disciplines, et une initiation dans les disciplines acrobatiques spécifiques telles que: porté, bascule, jeux acrobatiques, etc			Perfectionnement ado et adultes 18h45-20h15			Perfectionnement ado et adultes 9h00-12h00
Cirque loisirs adultes (dès 18 ans) Ce cours s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent expérimenter et découvrir les arts du cirque. Aucun pré-requis n'est nécessaire.			Adulte 20h15-22h15			
Tous nos cours comportent une base de préparation physique (échauffement, renforcement musculaire, étirements) et d'acrobatie au sol. Pour garantir la qualité des cours et la sécurité des enfants, le nombre de place est limité dans chacun des cours. Une inscription est obligatoire avant de rejoindre un cours. La direction se réserve le droit de supprimer un cours pour lequel il n'y aurait pas assez d'inscriptions ou d'en modifier son horaire.						

N'hésitez pas à nous contacter pour connaître la disponibilité des places dans le cours qui vous intéresse !

www.ecoledecirquedesion.ch