



# L'ART DU CLOWN, en chemin vers sa fantaisie et balades

TOUS NIVEAUX

**Animation : Adeline Nunez** (*initiation, approfondissement*)  
et **Alain Micoulet** (balades)

## Présentation du stage

Le clown est un personnage naïf et généreux. Il veut bien faire, mais il se prend les pieds dans le tapis ! Sa sensibilité le rend maladroit et provoque la joie du public qui jubile de voir valeurs, codes et interdits renversés.

Chouette, non ?! Mais ce n'est que la théorie !

En pratique, l'apprentissage de l'Art clownesque consiste à se défaire de nos « bonnes » manières, de notre « moi-social » pour atteindre nos émotions mises au service du jeu par le rythme et la distanciation.

Il s'agit d'un travail de déconstruction. Passionnant programme !

Adeline fait en sorte de favoriser une ambiance de détente, de bienveillance et de confiance.

La règle principale est de se respecter. À tout moment on peut s'extraire d'un exercice proposé pour reprendre si besoin « ses esprits ».

Ce stage s'adresse à toute personne désireuse de s'initier ou de se perfectionner dans l'Art du clown, art qui consiste à accueillir ses « failles » pour les transformer en atout : émouvoir et faire rire les autres !

## Programme du stage

Conscience corporelle et échauffement vocal : éveiller une attention fine à nos sensations corporelles et aux autres (partenaires de jeu).

Jeux collectifs : retrouver le plaisir de jouer !

Un travail technique spécifique (gammes) permet de sentir et de suivre la circulation de l'énergie dans le corps.

Un travail rythmique, permet à l'acteur-trice de se laisser prendre par son-sa clown-e qui prend son envol et déploie sa fantaisie.

Improvisations en solo, duo, trio, chœur.

## **Informations pratiques**

- Un carnet et un stylo pour prendre des notes
- Prévoir une tenue souple et un tapis de sol.
- Facultatif : apporter des chapeaux stylisés.
- Et pour les balades : chaussures de marche ou baskets, chapeaux, lunettes de soleil, gourde, crème solaire, maillot pour se baigner en rivière !

## **Durée quotidienne**

Atelier L'Art du clown : 3h00

Balades : environ 3h00

On ne touche pas à la sieste !

Chacun.e est libre de se reposer ou de flâner pendant que les autres vont marcher...

Le mercredi est un jour de « relâche » pendant lequel on propose traditionnellement une balade (tranquille et facultative), un pique-nique à la rivière, baignade... pour ceux et celles qui le désirent !