

Ésacto'  
Lido

**AÉRIEN**  
**RECHERCHE**  
**EXPRESSIONS**  
**POLYMORPHES**

## PRÉSENTATION DE L'ÉCOLE

---

Accréditée par le ministère de la Culture en tant qu'école supérieure, l'Ésacto'Lido est une école de cirque d'envergure internationale délivrant le diplôme national supérieur professionnel d'artiste de cirque (DNSP-ac). Elle propose également une offre de formation tout au long de la vie.

Le projet pédagogique de l'école s'inscrit dans une conception globale du métier d'artiste de cirque, en prise directe avec l'actualité de la création contemporaine. Il prépare les étudiant-e-s et stagiaires à un milieu professionnel en pleine mutation tout en leur permettant de s'affirmer artistiquement.

Les enseignements sont basés sur une pratique exigeante des spécialités et une recherche créative. Des formations, stages, conférences et rencontres sont proposés tout au long de l'année. Historiquement implantée à Toulouse, l'école bénéficie de la dynamique des réseaux circassiens en région Occitanie tout en offrant aux artistes une prise directe avec les milieux professionnels aux niveaux national et international.



# FORMATION AÉRIEN, RECHERCHE, EXPRESSIONS POLYMORPHES

---

Formation courte destinée aux artistes de cirque professionnel-le-s ou en cours de professionnalisation, pratiquant un agrès aérien.

*La formation se déroule dans la bienveillance, le respect des limites de chacun-e et des règles de sécurité liées à la pratique.*

Intervenante principal : **Ezra Groenen** (artiste et formatrice).

**Durée de la formation : 4 jours (24 heures) - 10h/13h - 14h30/17h30.**

**Effectif : entre 3 et 7 stagiaires.**

## INDICATEURS

---

**97,22 %** des stagiaires sont satisfait-e-s de leur expérience.

**100 %** des stagiaires trouvent l'accueil dans la structure très satisfaisant.

**100 %** des stagiaires considèrent que la formation suivie leur a été utile.

*Taux réalisés sur la formation Aérien, recherche et musicalité du mouvement dispensée par Ezra Groenen. Taux spécifiques à cette formation à venir.*

## OBJECTIFS

---

- Aiguiser l'artisanat de son art, la précision du geste.
- Acquérir des outils de recherche.
- Chercher nos corporalités multiples dans les états d'être et de maîtrise.
- Chercher les éléments de langage, les gestes poétiques, chorégraphiques, acrobaties et dramaturgies dans la relation à la gravité.
- Mettre en forme l'articulation de ce qui nous habite et nous traverse en lien avec les composantes du mouvement.

## MÉTHODE MOBILISÉE

---

La formation vise à affirmer son unité et convoquer transformations, monstres et créatures magnifiques. Dans notre lien intime à l'aérien, il s'agira d'incarner notre rapport à l'énergie, au sensible, à l'invisible ou à l'indicible. Nous explorerons l'altérité dynamique qui refuse que nous soyons définitivement l'un-e ou l'autre mais propose que nous soyons alternativement, voire simultanément l'un-e et l'autre, multitude.

Cinq axes seront développés :

- Disponibilité active, préparation corporelle.
- Expérimentation : en groupe, demi-groupe, duo ou solo, exercices, mise en mouvement et improvisations.
- Conscientisation : par accumulation et construction des expériences, observation et composition instantanée.
- Acquisition, mémorisation : par répétition des expériences, par exploitation et appropriation des repères. Travail d'écriture.
- Composition : appropriation et exploitation des notions de façon individuelle. Accompagnement personnalisé.

Des liens seront précisés entre les différents outils pédagogiques, entre les expérimentations, les apprentissages et écritures flash ou de synthèse.

La formation laisse aussi place aux retours constructifs et à l'implication du regard du groupe et du partage de la parole de chacun-e.

Attention : le-la stagiaire devra pratiquer sur son propre agrès pendant la formation et l'utilisation du tapis sera obligatoire durant toute la durée de la formation.

Ballant impossible.

**Précisions techniques** : Hauteur des accroches : 7 mètres.

Agrès en 1 point sur moufle - Trapèzes fixes accrochés en début de formation.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

---

Observation continue pendant la formation et passage individuel le dernier jour.

## PRÉ-REQUIS

---

- Niveau avancé de pratiques aériennes (artistes professionnel-le-s ou pré-professionnel-le-s).
- Techniques aériennes concernées : agrès fixes - corde fixe, trapèze fixe, trapèze danse, tissus, cerceau (pas de ballants).
- Fournir à la structure un document certifiant l'agrès (certificat d'homologation du constructeur ou facture) avec lequel le stagiaire prévoit de travailler. À transmettre obligatoirement lors de la candidature.

## MODALITÉS D'ACCÈS

---

**PROCHAINE SESSION ET DATE LIMITE D'INSCRIPTION** : remplir le formulaire en ligne sur le site de l'Esacto'Lido en suivant le chemin suivant : Formation continue > Candidatures

**Pour candidater** : envoyer un mail à [contact@esactolido.com](mailto:contact@esactolido.com), répondre au questionnaire de sélection et envoyer le document certifiant l'agrès avant la date butoir.

La sélection est réalisée en fonction des prérequis par la formatrice principale et la structure.

Elle n'est confirmée qu'après évaluation du document certifiant l'agrès par le rigger de la structure.

**Délai d'accès** : sélection au plus tard 5 semaines avant la date de la prochaine session.

### ACCÈS POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Très sensible à l'accès à cette formation pour toutes et tous, nous étudierons ensemble les possibilités d'accès en fonction de chaque situation.

### **Coût individuel : 720 €**

*Possibilité de prise en charge par un OPCO (Afdas, Uniformation ou autre). L'Esacto'Lido se réserve le droit d'annuler la session jusqu'à une semaine avant en fonction du nombre d'inscrit-e-s.*

## LE SITE

---

La formation se déroule dans un studio de La Grainerie, Fabrique des arts du cirque et de l'itinérance, partenaire historique de l'Esacto'Lido.

### **VENIR À LA GRAINERIE**

61 rue Saint-Jean, Balma

Métro : ligne A, direction Balma

Gramont – Terminus

Voiture : sortie 15 – La Roseraie

### Conditions d'accès PMR :

Places de parking devant le bâtiment  
et accès PMR aux locaux

## CONTACT

---

ÉSACTO'LIDO  
14 RUE DE GAILLAC  
31500 TOULOUSE  
05 36 25 22 21

[CONTACT@ESACTOLIDO.COM](mailto:CONTACT@ESACTOLIDO.COM)

[WWW.ESACTOLIDO.COM](http://WWW.ESACTOLIDO.COM)