



Frontignan la Peyrade

EN PISTE !

# LE CIRQUE ENTRE LES LIGNES





## "UN ENDROIT OÙ LES ENFANTS VIENNENT AVANT TOUT POUR JOUER. "

### Rencontre avec Céline Pourret, directrice de l'école de cirque La Boîte aux Cirquouités

Dans cette interview, les enfants questionnent Céline Pourret sur les stages et les formations proposés par son école, et découvrent comment elle initie les jeunes au monde du cirque.

#### ► Pourriez-vous nous présenter l'école de cirque La Boîte aux Cirquouités ?

• **Céline Pourret** : Je fais partie d'une école de cirque, un peu comme votre école, mais au lieu d'apprendre à lire ou à écrire, nous apprenons à jongler, à marcher sur des objets, à faire des acrobaties, à tenir en équilibre... tout ce qui fait le cirque. Dans notre école, nous proposons plusieurs petites disciplines : équilibre sur objets, acrobaties aériennes, trapèze... Par contre, nous ne faisons pas de clown. Le clown fait partie du cirque, mais c'est un art très particulier, et pour le pratiquer, il faut s'y consacrer entièrement. Nous, nous nous concentrons sur l'équilibre et les acrobaties.

#### ► Quelles sont les qualités essentielles pour réussir dans le cirque ?

• **Céline Pourret** : Pour réussir dans le cirque, il y a plusieurs qualités importantes. La première, c'est un bon équilibre, car beaucoup de figures demandent de rester stable sur des objets ou dans les airs. Ensuite, il faut s'entraîner régulièrement. Le cirque est un art très physique, donc il faut avoir une bonne condition physique, être sportif et capable de bouger, sauter, porter ou se tenir en équilibre pendant longtemps. Mais ce n'est pas tout ! Il faut aussi avoir un grand imaginaire. Le cirque, c'est un monde à part, plein de magie et de surprises. Quand on va voir un spectacle, on entre dans un univers étrange et fascinant, et il faut savoir imaginer et créer ces mondes. Enfin, un peu d'humour aide aussi, surtout pour faire sourire le public et donner de la vie aux numéros.

#### ► Faut-il ne pas avoir le vertige pour faire du cirque, surtout pour les figures en hauteur ?

• **Céline Pourret** : On peut très bien avoir le vertige et faire du cirque ! Le cirque regroupe beaucoup de disciplines différentes, et toutes ne demandent pas de travailler en hauteur. Donc chacun peut trouver sa place selon ses forces et ses envies. Pour résumer, les deux grandes qualités pour réussir dans le cirque restent le bon équilibre et une grande imagination.

#### ► Si vous pouviez inviter un artiste de cirque très connu, qui inviteriez-vous ?

• **Céline Pourret** : Il y a tellement d'artistes avec qui j'aimerais travailler ! Mais pour moi, ce n'est pas juste une question de nom : l'important, c'est de rencontrer

la personne, d'échanger avec elle. Dans le cirque, ce qui est magique, c'est de rencontrer des gens différents de nous et de mélanger nos styles. Il y a ceux qui font rire, ceux qui font pleurer, ceux qui surprennent ou font crier... tout le monde apporte quelque chose de spécial. Si je devais choisir, ce serait Monsieur Bernard Kudlak du Cirque Plume. C'est un artiste incroyable, le précurseur du cirque nomade en France. Il a commencé avec une petite roulotte et petit à petit, sa compagnie est devenue un des plus grands cirques connus. Travailler avec lui aurait été fantastique.

#### ► Quels types d'exercices, comme échauffement, faites-vous pour vous entraîner sans vous faire mal ?

• **Céline Pourret** : Exactement ! L'échauffement, c'est préparer le corps et l'esprit : les muscles, les mouvements, le cœur... tout doit se mettre en marche. Ensuite, on a souvent des moments de travail en collectif, parce qu'on n'est jamais seul dans le cirque. Puis viennent les temps où chacun se concentre sur sa propre discipline, celle dans laquelle il souhaite progresser. Et enfin, il y a les moments de détente et d'étirements, où l'on s'allonge, on respire et on récupère.

#### ► Qu'est-ce qui vous a donné envie de faire du cirque ?

• **Céline Pourret** : Ce qui m'a donné envie de faire du cirque, c'est surtout le plaisir de continuer à rêver et à imaginer. Dans le cirque, on peut transformer des objets, rencontrer plein de personnes différentes et explorer des univers très variés. C'est cette liberté et cette créativité qui m'ont vraiment donné envie de m'y consacrer.



## "ON A TOUJOURS BESOIN D'HISTOIRES, MÊME EN GRANDISSANT. "

### Rencontre avec Zoé Mugica Ballanger et Maya Racca

Zoé Mugica Ballanger, artiste, et Maya Racca, illustratrice, costumière et régisseuse, font partie de la Compagnie La Guirlande. Les enfants les interviewent à l'occasion de la présentation de leur spectacle Arcanae dans les arènes municipales de Frontignan la Peyrade.

#### ► Que voit-on dans Arcanae ?

• **Zoé Mugica Ballanger** : Arcanae est un spectacle sous chapiteau que nous jouons depuis environ six mois. Nous sommes trois artistes sur scène et deux en régie. L'idée est d'y raconter des histoires. On s'est rendu compte que, dans la vie, on en a toujours besoin : les enfants, bien sûr, mais les adultes aussi. Ce n'est pas parce qu'on grandit qu'on cesse d'en avoir besoin. Alors, nous racontons de nombreuses histoires à la fois avec la parole et avec le corps. Car notre métier, c'est avant tout le cirque et les acrobaties. On cherche donc à mêler ces différentes formes d'expression pour créer un spectacle riche, sensible et plein d'histoires.

#### ► Comment faites-vous pour garder l'équilibre ?

• **Zoé Mugica Ballanger** : Pour réussir à garder l'équilibre dans les figures, il n'y a pas de secret : on apprend, et surtout, on s'entraîne énormément. Personnellement, cela fait un peu plus de dix ans que je travaille avec mon partenaire d'acrobatie. Après le lycée, j'ai intégré une école de cirque. Là, je pratiquais tous les jours, sans exception. C'est grâce à cette répétition, à ces heures d'entraînement, que j'ai appris à réaliser les figures et à maîtriser mon équilibre.

#### ► Que veut dire Arcanae ?

• **Zoé Mugica Ballanger** : Arcanae signifie « mystérieuse » en latin. Nous avons trouvé ce titre au tout début de la création du spectacle. Nous voulions installer une ambiance particulière, à la fois intime et mystérieuse, avec une grande proximité avec le public. Au départ, nous cherchions un titre, mais nous ne voulions pas qu'il corresponde à une seule histoire, puisqu'il y en a plusieurs dans le spectacle. Nous avons donc choisi de nous appuyer sur cette atmosphère mystérieuse qui guide toute la création. Le mot « mystérieuse » nous paraissait un peu trop classique, alors nous avons décidé de le traduire en latin. C'est ainsi qu'est né le titre Arcanae.

#### ► Ça veut dire quoi le mot « régisseur » ?

• **Maya Racca** : Être régisseur, ça veut dire que je ne fais pas d'acrobaties ni de voltige. Je suis plutôt du côté technique, derrière le spectacle. Je me suis formée aux arts plastiques. Mes outils de travail au quotidien, ce sont les pinceaux, crayons, feutres et tout le matériel que vous voyez autour de moi. Les personnes qui m'inspirent sont surtout des dessinateurs, notamment de bande dessinée. Est-ce que certains d'entre vous en lisent ? Oui ? Eh bien, sachez que dans le chapiteau, si vous venez voir le spectacle, vous pourrez admirer des dessins exposés dans les absides, le long du couloir avant de vous installer dans les gradins.

#### ► Comment faites-vous pour vous surpasser et faire des choses incroyables, merveilleuses et passionnantes ?

• **Zoé Mugica Ballanger** : Pour apprendre de nouvelles acrobaties, il n'y a pas de secret : il faut s'entraîner ! L'apprentissage se fait en plusieurs étapes. D'abord, on commence avec des longues : une ceinture attachée à des cordes, un peu comme en escalade. Si on tombe, la corde nous retient, ce qui nous permet d'essayer les figures sans danger. Ensuite, quand on commence à maîtriser un peu mieux le mouvement, on répète avec des personnes prêtes à nous rattraper ou avec de gros tapis pour amortir les chutes. Petit à petit, on progresse jusqu'à pouvoir réaliser les figures sans longe ni tapis, simplement avec notre partenaire de travail. C'est ainsi que l'on apprend de nouvelles acrobaties et que l'on se dépasse. Pour trouver de l'inspiration, on regarde aussi beaucoup de vidéos et d'autres spectacles. Comme Maya s'inspire de dessinateurs de bande dessinée, moi je m'inspire d'autres artistes de cirque et de leurs performances. C'est un mélange d'entraînement, d'observation et de curiosité qui permet de créer des moments vraiment passionnants sur scène.

#### ► Quelles figures allez-vous montrer dans ce spectacle ? Allez-vous faire des sauts périlleux ? Des cerceaux enflammés ? Y aura-t-il des tigres ?

• **Zoé Mugica Ballanger** : Il n'y aura ni tigres ni cerceaux enflammés ! Mais oui, il y aura des sauts périlleux. Pour ma part, je réalise des portés acrobatiques, du main à main et des jeux icariens. Les jeux icariens, ça veut dire que mon porteur se met sur le dos et me soutient avec ses pieds. Nous serons trois sur scène. Luna, qui est avec nous, pratique le fil de fer tendu, et elle fera des acrobaties dessus ! Il y aura aussi un trapèze qui balance et plein d'autres surprises.



## ► Pourquoi avoir choisi le format du conte pour votre spectacle ?

• **Zoé Mugica Ballanger** : Nous avons choisi le format du conte parce qu'il permet de raconter des choses de manière poétique.

• **Maya Racca** : Dans le monde des adultes, on se raconte de moins en moins d'histoires ou de contes. Nous voulions donc rendre cela à nouveau accessible à tous, petits et grands. Le conte permet de transmettre des émotions et des idées avec légèreté, imagination et poésie.

## ► Comment s'organise la journée type d'un circassien ?

• **Zoé Mugica Ballanger** : Chaque journée peut être un peu différente selon ce que l'on fait. Il y a des jours où l'on monte le chapiteau, et d'autres où l'on joue le spectacle. Un jour de spectacle, ça commence par l'échauffement le matin. Ensuite, je répète toutes les figures avec mes partenaires pour vérifier que tout le monde est en forme et prêt. Cela prend généralement toute la matinée. À midi, on déjeune, puis l'après-midi est consacré à de petits bricolages, à réparer du matériel ou à répéter encore un peu. Si tout est en ordre, on peut faire une courte sieste pour être en forme, car le spectacle se joue tard le soir. En fin d'après-midi, j'ai mon petit rituel : je prends une douche pour me mettre en condition, je mets mon costume et je retourne m'échauffer, car mon corps s'est un peu refroidi depuis le matin. Puis arrive le moment du spectacle : accueillir le public, ouvrir le chapiteau et profiter de la scène ! Après le spectacle, je fais des étirements pour récupérer, ou parfois je profite de la présence de mes proches pour discuter et boire un verre. Avant d'aller me coucher, je me démaquille et je dors pour être prête le lendemain. Pour Maya, la journée est un peu différente, car elle n'a pas besoin de s'échauffer comme nous.

• **Maya Racca** : Ma journée commence toujours avec un café, c'est indispensable ! Pendant que les artistes s'échauffent le matin, je m'occupe plutôt de la préparation du site : nettoyer les poubelles, rendre le lieu accueillant pour le public, arranger les tables et tout mettre en place pour l'accueil du soir. Cela inclut aussi le bar quand on en ouvre un. Vers midi, je m'occupe souvent de petites réparations de costumes ou de bricolages dans le chapiteau ou dans l'exposition. Tout au long de la journée, je gère également la billetterie : je consulte les réservations en ligne, je vérifie qu'on n'accueille pas plus de personnes que le chapiteau ne peut en contenir, et je note toutes les réservations dans mon cahier. Je réponds aussi aux appels téléphoniques pour les réservations. Ensuite, il y a les préparatifs pour le bar : en hiver, par exemple,



on prépare du vin chaud, du chocolat chaud, parfois des crêpes, avec l'aide précieuse des bénévoles. Entre-temps, je prends une pause pour manger et me préparer, car l'arrivée du public approche vite. À l'ouverture, je me mets à la billetterie pour accueillir les spectateurs pendant que mes collègues gèrent le bar. Une fois tout le monde installé dans le chapiteau, je rejoins l'équipe et le spectacle commence. Après le spectacle, je participe à l'installation du petit stand pour vendre des cartes postales et gérer un peu de billetterie au bar. Puis on passe à un moment plus convivial au bar. Enfin, avec Zoé, on fait les comptes de la journée pour tout clore.

## ► Qu'est-ce qui vous a donné la passion du cirque ?

• **Zoé Mugica Ballanger** : Ce qui m'a donné la passion du cirque, c'est d'abord l'amour des acrobaties. J'adore réaliser toutes sortes de figures, ça me procure une immense joie. Ensuite, j'ai découvert le cirque sous le chapiteau, cette proximité avec le public. Pendant les spectacles, vous ne vous en rendez pas toujours compte, mais on voit vos sourires, vos yeux grands ouverts... Et c'est ça que j'aime le plus : voir la joie sur vos visages. Faire plaisir aux gens, partager ce bonheur, c'est ce qui m'a rendue passionnée par le cirque.

• **Maya Racca** : Moi, quand j'étais petite et que j'allais au cirque, je n'aurais jamais imaginé que ça pourrait devenir mon métier. Puis, il y a quelques années, après le confinement, j'ai découvert un chapiteau en tournée, avec toute une équipe, des caravanes, des roulottes... Et là, ça a été un vrai coup de foudre. Ce qui me passionne, c'est tout ce qu'on peut faire : dessiner, vivre avec les copains, partir à l'aventure et rencontrer le public. C'est un petit village ambulancier, une sorte de tribu, tout en étant ouvert sur le monde. Le cirque, c'est cet endroit où tout est possible, et ça



Retrouvez l'intégralité de l'interview en podcast en scannant le QR code suivant :



## "APPORTER LE SPECTACLE À CEUX QUI NE PEUVENT PLUS VENIR À NOUS"

### Rencontre avec Nathalie Bertholio et Simon Deschamps

Nathalie Bertholio et Simon Deschamps, artistes de la compagnie Tanmis, sont interviewés par des enfants à l'occasion de leur spectacle Un Instant. Celui-ci a été présenté en mars à différents endroits de la ville de Frontignan la Peyrade, notamment dans des EHPAD.

#### ► Combien de temps par jour vous entraînez-vous ?

• **Nathalie Bertholio** : Ça dépend un peu des jours. Par exemple, aujourd'hui, comme on joue le spectacle, on a répété une heure avant de venir et on répétera encore un petit moment juste avant le spectacle.

• **Simon Deschamps** : Quand on n'a pas de représentation, on peut parfois s'entraîner un peu plus longtemps. On ne s'entraîne plus tous les jours, mais on se réserve des journées ou des demi-journées selon nos besoins.

• **Nathalie Bertholio** : Quand on crée un spectacle, comme pour celui-ci, la période de travail peut durer un an ou deux. On organise alors des semaines de création, parfois une semaine, parfois deux d'affilée. Ces journées ne sont pas que de l'entraînement : il y a aussi de la réflexion, des essais, des discussions... Mais elles incluent toujours une part de pratique physique, souvent une demi-journée. Certaines compagnies s'entraînent toute la journée, mais pour nous, ce rythme fonctionne bien.

#### ► Avez-vous une ville fixe pour vous entraîner ?

• **Simon Deschamps** : Non, pas vraiment. Chacun de nous habite à un endroit différent, et selon les périodes de création d'un spectacle, on s'entraîne dans différents lieux. On collabore avec des partenaires culturels : des théâtres, des pôles cirque, et d'autres structures qui nous accueillent. Pour ce spectacle, par exemple, nous avons principalement travaillé dans la région Languedoc-Roussillon, dans le Gard, mais nous sommes aussi allés jusqu'au Mans.

• **Nathalie Bertholio** : En dehors des périodes de création, je m'entraîne par exemple à Bourg-Saint-Andéol, dans un pôle cirque appelé La Cascade. C'est un lieu dédié aux arts du cirque, avec une salle d'entraînement professionnelle ouverte

toute la journée. Je peux y venir pour une journée complète ou une demi-journée, et m'entraîner à mon rythme. Un pôle cirque, c'est un endroit conçu pour soutenir et promouvoir le cirque : ils programment des spectacles, accompagnent les artistes et les compagnies dans leurs créations, et proposent souvent une salle d'entraînement ainsi qu'une école de cirque pour les enfants.

#### ► Comment avez-vous choisi le nom de votre compagnie ?

• **Nathalie Bertholio** : C'est une bonne question ! On ne voulait pas d'un mot qui ait un sens précis, mais quelque chose de plus abstrait. On a beaucoup réfléchi et cherché, et finalement, on s'est dit que cette compagnie, c'était avant tout nous : nos idées, nos personnalités, notre travail artistique. Alors, on a pris nos prénoms, Simon et Nathalie, on les a un peu mélangés et assemblés pour créer le nom : Tanmis. C'est discret, personne ne devine forcément que ça vient de nos prénoms, et ça ne veut rien dire en particulier. Après, à l'usage, on a réalisé qu'il fallait que ce soit un peu plus facile à prononcer, parce que beaucoup de gens hésitent : est-ce qu'on dit « Tan-Mis » ? « Ta-nis » ? Mais ça reste un nom qui nous représente bien et qui est unique.

#### ► Quelle école de cirque avez-vous fréquentée ?

• **Simon Deschamps** : Nous avons fait plusieurs écoles. Pour ma part, j'ai commencé par l'académie Annie Fratellini à Paris. Ensuite, j'ai suivi une année préparatoire à l'école Arc en Cirque à Chambéry, qui est aujourd'hui une formation plus longue. Enfin, nous avons tous les deux étudié à l'Université de Danse et de Cirque de Stockholm en Suède, pendant trois ans.

• **Nathalie Bertholio** : Moi aussi, j'ai commencé le cirque dans une école de loisirs, dans ma ville à Annecy. Après, j'ai suivi l'école des Arts du Cirque Balthazar à Montpellier, puis l'École Nationale des Arts du Cirque de Rosny-sous-Bois, près de Paris. Enfin, j'ai rejoint Simon à l'Université de Danse et de Cirque de Stockholm, où nous étions dans la même classe.

#### ► Quels exercices faites-vous pour apprendre l'équilibre ?

• **Simon Deschamps** : L'équilibre est ma spécialité, car je suis fildefériste, donc je marche sur un fil. Dans ce spectacle, je travaille surtout des équilibres sur objets. Pour apprendre, on commence toujours par des objets bas : une petite poutre ou même une corde posée au sol. Comme ça, il n'y a aucun risque de se faire mal, et on peut juste sentir comment marcher droit sur un objet. On peut aussi s'entraîner en restant sur une jambe, d'abord les yeux ouverts, puis fermés, pour tester sa stabilité. L'idée est de bouger le



corps, d'aller jusqu'à ses limites tout en restant en équilibre. Petit à petit, on passe sur des objets un peu plus hauts, à 15, 20 ou 30 cm du sol, et au début, quelqu'un peut nous tenir la main pour sécuriser l'exercice. Le plus important, c'est de pratiquer régulièrement et progressivement. Pour le funambulisme sur fil, le principe est similaire. On apprend



aussi à gérer un balancier : une barre que l'on tient pour ajouter du poids et mieux se stabiliser. Cela aide à rester concentré et à compenser les mouvements du vent. Même si je n'utilise pas beaucoup le balancier, le principe reste le même : il faut apprendre à le connaître et passer du temps à s'entraîner.

### ► Vous êtes-vous déjà trompés dans vos figures pendant un spectacle ?

• **Nathalie Bertholio** : Oui, ça arrive que l'on se trompe pendant un spectacle.

• **Simon Deschamps** : En fait, c'est normal de faire de petites erreurs. Dans nos disciplines, le moindre petit changement peut provoquer un déséquilibre, une chute ou un geste différent de ce qu'on avait prévu. Par exemple, sur un agrès ou une roue, il peut se passer plein de choses qui influencent la figure.

• **Nathalie Bertholio** : Et puis, tout dépend aussi de notre état sur le moment : parfois on est moins en forme, ou on exécute les figures différemment. Le travail consiste à rester attentif à ce qui se passe et à réagir rapidement si quelqu'un perd l'équilibre, ou si les conditions changent — il fait plus chaud, plus froid, ou juste un petit moment de distraction. On apprend à gérer ces imprévus. Bien sûr, on fait toujours attention à ne pas se mettre en danger : l'objectif est de corriger les petites erreurs pour que rien de grave ne se produise.

### ► Vous présentez votre spectacle dans des maisons de retraite ou auprès des personnes âgées. Pour quelle raison ?

• **Simon Deschamps** : Oui, pour ce spectacle, nous avons choisi d'aller à la rencontre du public dans des maisons de retraite, mais aussi dans des IME — les instituts médico-éducatifs — et plus généralement dans tous les lieux médico-sociaux, qui sont à la fois des lieux de soins et des lieux de vie pour différents publics. Cette idée vient de notre précédent spectacle, que nous jouions déjà dans des lieux inhabituels, pas forcément des salles de spectacle. Nous avons fait une tournée dans des maisons de retraite et cela nous avait beaucoup touchés. Pour ce nouveau spectacle, nous avons voulu qu'il soit encore plus léger et portable, pour pouvoir jouer facilement dans des espaces avec des plafonds bas, des piliers ou des murs proches. Nous sommes désormais deux

sur scène et nous avons moins de matériel, ce qui rend la mobilité beaucoup plus simple.

• **Nathalie Bertholio** : Pour nous, c'est vraiment important de pouvoir aller à la rencontre d'un public qui ne peut plus sortir et assister à des spectacles. Certains résidents ne peuvent pas se déplacer, et nous avons à cœur de leur apporter le spectacle directement. Notre objectif avec ce spectacle est donc d'aller au maximum dans ces établissements et de partager un moment de plaisir avec ceux qui n'ont plus la possibilité de venir à nous.



Retrouvez l'intégralité de  
l'interview en podcast en  
scannant le QR code suivant :



