



Maison
du cirque
Ti ar sirk

édito

L'association Balles à Fond, créée en janvier 1996 à Quimper, agit pour faciliter l'accès de tous à une pratique culturelle enrichissante : source d'épanouissement et de dépassement de soi, du déplacement du regard, de rencontre avec l'autre.

Dans ce cadre, nous visons à promouvoir, transmettre, échanger autour des Arts du cirque. La qualité de l'enseignement proposé est reconnue à travers les agréments « école de loisir » de la Fédération Française des Écoles de Cirque ainsi que « jeunesse et éducation populaire » par le Ministère de l'Éducation Nationale.

Cet enseignement s'inscrit dans une dynamique associative fondée sur les valeurs de l'éducation populaire impliquant bénévoles, équipe professionnelle, pratiquants des arts du cirque, artistes, parents d'élèves, etc.

Autour de méthodes pédagogiques adaptées aux pratiques circassiennes et artistiques, l'équipe professionnelle de Balles à Fond organise les propositions culturelles qui se déclinent en :

- Ateliers réguliers
- Activités circassiennes contributives à des projets pédagogiques ou éducatifs
- Stages pour les enfants et les adultes, par cycles, que ce soit pour une pratique loisir ou de perfectionnement.

Les ateliers se déroulent notamment au sein de la Maison du Cirque, située au cœur du quartier de Penhars et dotée d'un équipement fonctionnel de qualité.

Nous intervenons aussi de façon régulière sur plusieurs communes de l'agglomération (Pluguffan, Briec, Plogonnec) et plus ponctuellement sur différentes communes du sud Finistère.

Le président, Mael Derouet



L'ASSOCIATION

La **Maison du Cirque** « Ty Ar Sirk », construite par la ville de Quimper en 2014, est mise à la disposition de l'association **Balles à fond** (loi 1901). Le bâtiment est installé au cœur du quartier de Kermoysan et dispose de deux salles spécialement étudiées aux pratiques circassiennes.

L'école de cirque forme chaque année 290 élèves adhérents à partir de 3 ans, et initie plus de 800 personnes aux arts du cirque à travers des partenariats avec des établissements scolaires, des associations et des structures médico-éducatives. C'est avant tout un lieu où se transmettent et se partagent des valeurs telles que le respect et la solidarité, avec une pédagogie encourageant l'autonomie, l'initiative et la créativité.

L'association est dirigée par un conseil d'administration qui est porteur de ce projet et des valeurs véhiculées par l'école de cirque. Il est actif et s'investit dans les différentes décisions et activités.

L'équipe professionnelle est composée de 6 salariés.

- Directrice : **Émilie Plouzenec**
- Une secrétaire comptable
- Des enseignants et animateurs permanents (diplômés DE, BPJEPS, BIAC) complétés par des intervenants occasionnels (artistes de cirque...)
- Une équipe de bénévoles est aussi investie dans la dynamique associative de Balles à Fond.

Tous impulsent un état d'esprit propre au lieu.

LES ATELIERS CIRQUE

SAISON 2020-2021

Les ateliers d'Éveil à partir de 3 ans

L'ATELIER PARENTS-ENFANTS permet de découvrir les différentes familles du cirque comme l'acrobatie, l'équilibre, les aériens et la jonglerie sous forme de jeux et de parcours. Le but étant de créer un partage de sensation entre l'adulte et l'enfant dans un rythme propre à chacun.

ÉVEIL — pour les 4-6 ans

L'enfant se familiarise avec les techniques et l'environnement de la Maison du Cirque. L'objectif est d'éveiller l'enfant aux sensations d'équilibre, de pesanteur. Grâce à une exploration libre, dans un cadre qui veille à sa sécurité physique, affective et psychologique, l'enfant apprend par lui-même.

- **Parents-enfants** pour les 3-5 ans – Samedi 10h-11h ou 11h-12h
- **Éveil 1** pour les 4-5 ans – Mercredi 10h-11h ou Samedi 10h-11h (*accompagné d'un parent sur le 1er trimestre si nécessaire*)
- **Éveil 2** pour les 5-6 ans – Mercredi 11h-12h ou Samedi 11h-12h

	A	B	C
Parents-enfants	240€	204€	168€
Éveil 1	240€	204€	168€
Éveil 2	240€	204€	168€

+ adhésion 6€ + licence 2021 : 21,80€

Tarifs selon votre quotient familial mensuel CAF :

[A > à partir de 1000€ | B > entre 500 et 999€ | C > moins de 500€]

LES ATELIERS CIRQUE

SAISON 2020-2021

Les ateliers Loisir

L'**ATELIER DE LOISIR** est un atelier de découverte des arts du cirque où les enfants apprennent les bases techniques des différentes disciplines comme le trapèze, le tissu, la boule et le fil d'équilibre. Ils entrent doucement vers une dimension poétique, grâce à la manipulation d'objets. Les ateliers sont menés de façon ludique, sans mettre en difficulté l'enfant. Il avance à son rythme suivant ses capacités et ses envies.

- **Loisir 1** pour les 7-8 ans – Mercredi 13h30-14h30 ou Samedi 13h30-14h30
- **Loisir 2** pour les 9-11 ans – Mercredi 13h30-15h ou Samedi 14h30-16h
- **Loisir 3** pour les 12-16 ans – Mardi 17h30-19h30 ou Vendredi 17h30-19h30

	A	B	C
Loisir 1	240€	204€	168€
Loisir 2	260€	221€	182€
Loisir 3	280€	238€	196€

+ adhésion 6€ + licence 2021 : 21,80€

Tarifs selon votre quotient familial mensuel CAF :

[A > à partir de 1000€ | B > entre 500 et 999€ | C > moins de 500€]

LES ATELIERS CIRQUE

SAISON 2020-2021

Activités à Briec (salle de danse du Gymnase Fanch Rolland)

- **Éveil** pour les 4-6 ans Jeudi 17h-18h
- **Loisir** pour les 6-11 ans Jeudi 18h-19h

	A	B	C
Éveil et Loisir	240€	204€	168€
+ adhésion 6€ + licence 2021 : 21,80€			

Tarifs selon votre quotient familial mensuel CAF :

[**A** > à partir de 1000€ | **B** > entre 500 et 999€ | **C** > moins de 500€]

Activités à Pluguffan (Dojo du complexe Salvador Allende)

- **Éveil** pour les 4-6 ans Vendredi 17h-18h
- **Loisir** pour les 6-11 ans Vendredi 18h-19h

	A	B	C
Éveil et Loisir	240€	204€	168€
+ adhésion 6€ + licence 2021 : 21,80€			

Tarifs selon votre quotient familial mensuel CAF :

[**A** > à partir de 1000€ | **B** > entre 500 et 999€ | **C** > moins de 500€]

LES ATELIERS CIRQUE

SAISON 2020-2021

Les Cycles

L'accent est mis sur la créativité et l'exploration, le travail sur le jeu d'acteur et l'expression artistique. Les élèves conçoivent une première présentation. Une attention particulière est portée sur le travail collectif et la découverte de la mise en scène.

La confirmation des techniques, l'approfondissement sur l'intention du mouvement et la conception d'une forme artistique rythment les séances. Ce cursus est ponctué d'expériences variées et de rencontres avec des artistes. De plus, les élèves ont l'opportunité de participer à des évènements, des restitutions (fête de la musique, parades, cabaret, ...) et à des rencontres avec d'autres écoles de cirque. Le travail de toutes les disciplines est accentué afin d'acquérir le niveau des prérequis du B.I.A.C (Brevet d'Initiateur aux arts du cirque) en fin de cursus.

CYCLES 1 - 2 - 3 — *pour les 8-14 ans*

- **Cycle 1** - Mercredi 15h-17h
- **Cycle 2** - Mercredi 15h-17h ou Samedi 16h-18h
- **Cycle 3** - Mardi 17h30-19h30 + Mercredi 17h30-19h30

LES ATELIERS CIRQUE

SAISON 2020-2021

CYCLE PERF

Ce cycle se décline sous forme de trois ateliers mettant en avant, l'acrobatie, la spécialité et la création artistique, indissociables les uns des autres. La démarche artistique prend un rôle central. L'élève est amené à créer un numéro, à participer à la réalisation d'un spectacle, et d'être à même de faire des propositions lors de la mise en place d'une création collective.

Chaque année les élèves présentent un spectacle à l'Atelier du Théâtre de Cornouaille dans le cadre du festival « Circonova » des mois de janvier et février. Dès l'automne, le groupe d'élèves travaille sur le processus de création accompagné par un des artistes de cirque programmé sur le festival.

• **Cycle Perf** — pour les 10-16 ans — Mardi 17h30-19h30 + Mercredi 17h30-19h30 + Vendredi 17h30-19h30

	A	B	C
Cycle 1 et 2	280€	238€	196€
Cycle 3	340€	289€	238€
Cycle Perf	400€	340€	280€

+ adhésion 6€ + licence 2021 : 21,80€

Tarifs selon votre quotient familial mensuel CAF :

[A > à partir de 1000€ | B > entre 500 et 999€ | C > moins de 500€]

LES ATELIERS CIRQUE

SAISON 2020-2021

Les ateliers Ados /Adultes

SOIRÉE CIRKUS-ATELIER DE PRATIQUE ENCADRÉE — à partir de 16 ans

Atelier hebdomadaire encadré par deux animateurs de Balles à fond. Cet atelier ne nécessite aucune pratique antérieure du cirque. L'objectif est d'offrir un espace-temps allant de la répétition individuelle à la pratique collective ou l'inverse, et de créer un moment favorable à la rencontre intergénérationnelle, tout en échangeant des savoir-faire circassiens.

Cet atelier est ouvert aux personnes qui souhaitent découvrir l'activité ou simplement observer et découvrir le lieu. Au-delà de la pratique du cirque, les personnes pourront participer à l'élaboration des événements culturels de l'association (accueil du public, scénographies, costumes, agrès de cirque, sons, lumières, présentations ou encore créations musicales).

Un temps d'échauffement collectif sera proposé, ainsi que des exercices collectifs autour de l'acrobatie et de la jonglerie en vue d'une déambulation collective et/ou d'impromptus dans l'espace urbain, et de la préparation du Cabaret de l'association. Cet atelier réunissant les adolescents et les adultes vise également une expérimentation artistique autour des disciplines de cirque, des temps de restitutions d'étapes de travail seront mis en place selon les besoins des participants.

· **Soirée Cirkus pratique encadrée** – Vendredi 19h30-21h30

50 €/an + adhésion 12 € (possibilité 6 € tarif étudiant ou en recherche d'emploi, sur justificatif) + licence 2021 : 21,80€

L'action est soutenue par le contrat de ville de Kermoyan

LES ATELIERS CIRQUE

SAISON 2020-2021

LES ATELIERS ADULTES

L'accent est mis sur la remise en forme et un travail personnalisé en solo ou collectif sur diverses techniques. Chacun peut travailler sa discipline, tout en disposant des conseils d'un enseignant. L'équipe d'animation est également renforcée ponctuellement par la venue d'artistes de cirque professionnels (Romain Cabon, Loïc Apard, Hugo Marchand et Loïse Manuel).

- **Cours encadrés aériens** – Mercredi 19h30-21h30
- **Cours encadrés toutes techniques** – Jeudi 19h30-21h30

	A	B	C
Adultes cours encadrés - 1 séance/semaine	210€	178,50€	147€
Adultes cours encadrés - 2 séances/semaine	295€	251€	206,50€
+ adhésion 12 € (possibilité 6 € tarif étudiant ou en recherche d'emploi, sur justificatif)			
+ licence 2021 : 21,80€			

Tarifs selon votre quotient familial mensuel CAF :

[A > à partir de 1000€ | B > entre 500 et 999€ | C > moins de 500€]



LE CIRQUE AU FÉMININ

BIEN-ÊTRE ET REMISE EN FORME

ATELIER HEBDOMADAIRE DE PRATIQUE CORPORELLE ET ARTISTIQUE

Cet atelier est spécifique et adapté, il tient compte des capacités de chaque personne, aussi bien physiquement que moralement. Les objectifs sont d'atteindre une meilleure connaissance de ses capacités physiques et créatives. Les différents agrès de cirque stimulent la coordination musculaire, l'appréhension de la hauteur, le sens de l'équilibre. Une orientation vers la démarche de recherche artistique sera menée. La séance se terminera avec des exercices d'assouplissements et d'étirements.

Ce groupe sera par ailleurs accompagné sur un spectacle lors du festival Circonova du Théâtre de Cornouaille et sera sollicité pour parfaire l'organisation du Cabaret de l'association Balles à fond.

· **Le cirque au féminin** – Vendredi 10h-12h | Maison du cirque

5 €/mois + adhésion 12 € (possibilité 6 € tarif étudiant ou en recherche d'emploi, sur justificatif) + licence 2021 : 21,80€

L'action est soutenue par le contrat de ville de Kermoyan

LE CIRQUE ADAPTÉ

ET LES SCOLAIRES

LÀ OÙ LE CIRQUE S'ADAPTE À SON PUBLIC

L'association porte une réflexion d'éducation artistique dans une logique d'éducation globale de l'individu. Les arts du cirque ont cette particularité d'associer une pratique corporelle à une pratique créative. Les objectifs sont donc multiples, à la fois améliorer sa confiance en soi, son imagination ainsi que son expression devant les autres. Cette activité est porteuse des valeurs liées à l'effort, au respect de l'autre, à la solidarité. Les arts du cirque contribuent ainsi au développement de compétences sociales, civiques pour une meilleure réussite scolaire.

Nous souhaitons mettre en place des actions qui mettent en synergie, croisent différentes matières et installent une transversalité des enseignements. Les actions sont conçues en lien avec les enseignants, les éducateurs et en relation avec le projet d'établissement.

Le public : les écoles de la maternelle au lycée, des centres de loisirs et de vacances, des centres et instituts médico-éducatifs, des Établissement Service d'Aide par le Travail,...

Par des ateliers hebdomadaires, ou séries de séances, ou séances ponctuelles, nous nous adaptons à tous types de projets dans le respect de nos valeurs éducatives. (Les projets sont à envoyer par mail d'octobre à novembre et de février à avril à ballesafond@wanadoo.fr afin de faciliter la mise en œuvre de chaque projet.)

Notre volonté est de réaliser ces activités au sein de la Maison du cirque.

STAGES & FORMATIONS

**STAGE DE PERFECTIONNEMENT POUR FORMATEURS, ANIMATEURS,
ARTISTES ET AMATEURS CONFIRMÉS** — à partir de 15 ans

· **Stage aérien avec Romain Cabon**

Les 17 et 18 octobre 2020

Du 1er au 6 mars 2021

Le stage permettra de travailler sur une routine d'échauffement spécifique aux disciplines aériennes, incluant des exercices de préparation physique. Le tissu, le cerceau, les sangles, le trapèze fixe et la corde lisse seront perfectionnés en fonction du niveau de chaque participant.

· **Stage de jeu d'acteur et disciplines de cirque avec Loic Aparid**

Les 29 et 30 mai 2021

Durant toutes les vacances scolaires, l'école de cirque propose des stages arts du cirque, de l'éveil au perfectionnement dans le cadre d'Atout Sport.

ÉVÈNEMENTS

Balles à fond participe à de nombreux temps forts sur Quimper et son agglomération

FORUM DES SPORTS — animations avec portique aérien gratuites
le samedi 5 septembre 2020 | Penvillers

TÉLÉTHON DE QUIMPER ET BRIEC — ateliers gratuits, démonstrations,
parades — décembre 2020

LES ÉCHAPPÉES DE NOËL — animations cirque familiales gratuites
du 21 au 24 décembre 2020

CIRCONOVA

séance d'initiation gratuite lors du week end des spectacles gratuits
le 9 ou 10 janvier 2021

spectacle présenté par les élèves de perfectionnement

en complicité avec l'artiste Sandrine Juglair

le jeudi 4 février 2021 | 19h | Atelier du Théâtre de Cornouaille

Accès gratuit, renseignements accueil-billetterie : 02 98 55 98 55

SEMAINE DE LA PETITE ENFANCE — mars 2021

ÉVÈNEMENTS

RENCONTRES RÉGIONALES DE LA FÉDÉRATION RÉGIONALE DES ÉCOLES DE CIRQUE

PRINTEMPS DE CRÉACH GWEN — animations cirque gratuites avec portique aérien — vacances de Pâques 2021

FÊTE DE QUARTIER "LA RUE EST VERS L'ART" — début juin 2021 | MPT de Penhars

FÊTE DE LA MUSIQUE — juin 2021 | Quimper

CABARET CIRCUS — spectacle gratuit tous publics
les 25 et 26 juin 2021 | 19h30 | Terrain Blanc

FESTIVAL GROOVE ON EARTH — animations cirque gratuites tous publics juillet 2021

FESTIVAL DE CORNOUAILLE — animations cirque gratuites tous publics juillet 2021

LES ENFANTS SONT DES PRINCES — animations cirque gratuites tous publics — juillet /août 2021 | Plogonnec, Plomelin et Quimper

BLOCK PARTY *organisée par la New School* — animations cirque gratuites avec portique aérien — dernier week-end d'août 2021



Balles à fond est agréée « école de loisir » par la Fédération Française des Écoles de Cirque ainsi que « jeunesse et éducation populaire » par le Ministère de la Jeunesse et des Sports.

Elle est conventionnée à la ville de Quimper et au conseil départemental du Finistère.

Elle a des partenaires réguliers :

Les communes de Pluguffan, de Briec, et de Plogonnec, Le contrat de Ville Quimper Bretagne Occidentale, La MPT de Penhars, le collège Max Jacob, La Prévention Massé-Trévidy, la Hip Hop NewSchool, Très Tôt Théâtre, le Théâtre de Cornouaille.



Siret 413 272 550 00042 APE 9329Z RNA W294003402
Agrément école de Loisir de la FFEC N° 29185
Agrément Jeunesse et Éducation Populaire 29 JEP 07-167

Brochure des activités 2020-2021

Directeurs de publication : Mael Derouet et Émilie Plouzenec

Graphisme & photographie : brainsol > br.brainsol.net

Photographie (bâtiment) : Franck Richard



LA MAISON DU CIRQUE

11 rue du Maine 29000 Quimper

02 98 10 29 83

ballesafond@wanadoo.fr

ballesafond.net

facebook + instagram > ballesafond



HORAIRES D'ACCUEIL

du lundi au vendredi

13h30-17h30