

COURS LOISIRS **ADULTES & ENFANTS**



Préambule

Depuis 1991, l'ENACR s'appuie sur le principe fondamental de la formation d'**artistes de cirque d'un haut niveau technique** dotés d'une polyvalence artistique. Elle propose également depuis 1983 une formation amateur, un soutien à la création professionnelle et de nombreuses actions de médiation sur le territoire depuis la fin des années 1990.

Les cours loisirs

Baby-Cirk – Parents/enfants (p.4)

Éveil – 4 et 5 ans (p.5)

Initiation – 6 à 9 ans (p.6)

Pré-Ados – 10 à 11 ans (p.7)

Ados – 12 à 17 ans (p.8)

Classe * - 10 à 17 ans (p.9)

Les adultes (p.11)

Tarifs (p.12)

Baby-Cirk – Parents/enfants

✓ Encadrement : 1 enseignant pour 8 duos parents/enfants

Durée : 1h

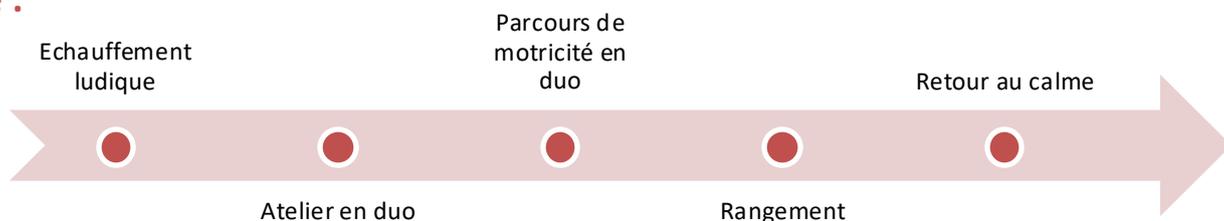
Parent/enfant

Le samedi de 9h à 10h

1 parent

1 enfant de 3 ans

Séance type :



Objectifs :

Sensibiliser au matériel de cirque.

Découvrir le vocabulaire circassien.

Partager une activité commune.

Progresser sur la motricité globale.

Des portes ouvertes sont organisées à Noël et à la fin de l'année, l'occasion de voir l'évolution des enfants sous le chapiteau.

Éveil – 4 à 5 ans

✓ Encadrement : 1 enseignant pour 6 enfants

Durée : 1h

4 ans

Mercredi de 14h à 15h

Ou

Samedi de 10h à 11h

5 ans

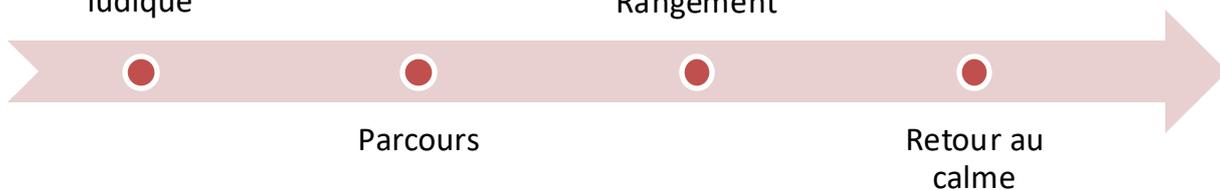
Mercredi de 15h15 à 16h15

Ou

Samedi de 11h15 à 12h15

Séance type : Echauffement ludique

Rangement



Objectifs : Sensibiliser au matériel de cirque.

Découvrir le vocabulaire circassien.

Évoluer sur différents parcours à son rythme.

Respecter des consignes.

Respecter ses camarades

Les parcours changent à chaque cycle :

1^{er} Cycle : de septembre à la Toussaint

2^{ème} Cycle : de la Toussaint à Noël

3^{ème} Cycle : de Noël aux vacances de février

4^{ème} Cycle : Vacances de février à Pâques

5^{ème} Cycle : De Pâques à la dernière séance

Des portes ouvertes sont organisées à Noël et à la dernière séance.

L'occasion de voir l'évolution des enfants sous le chapiteau.

Pratique de 6 à 9 ans

✓ Encadrement : 1 enseignant pour 8 enfants

Durée : 1h30

6/7 ans

Mercredi de 14h à 15h30

Ou

Samedi de 14h à 15h30

8/9 ans

Mercredi de 15h45 à 17h15

Ou

Samedi de 15h45 à 17h15

Séance type :

Echauffement
ludique

Ateliers

Retour au
calme

Base
acrobatique

Rangement

Ateliers

Jonglerie

Équilibre sur objet

Aériens

Acrobatie

Présentation de Noël

6 ans – Jonglerie

7 ans – Acrobatie

8 ans – Jonglerie

9 ans - Acrobatie

Objectifs : Améliorer sa concentration.

Accepter la répétition d'un mouvement.

Apprendre à évoluer collectivement.

Acquérir des éléments techniques.

Favoriser les mises en situation

Les enfants se voit remettre un « Passeport Cirque » en début d'année qu'il conserve tout au long de leur « cursus » à l'ENACR. Ce « Passeport » sert de suivi dans l'évolution de l'enfant. A Noël, une présentation de travail collective est présentée. Début juin, un spectacle de fin d'année achève l'année.

Pratique de 10 à 11 ans

✓ **Encadrement** : 1 enseignant pour 10 enfants

Durée : 2h

10/11 ans

Le mercredi de 17h30 à 19h30

Ou

Le samedi de 10h30 à 12h30

Séance type :

Echauffement
ludique

Ateliers

Retour au
calme

Base
acrobatique

Rangement

Objectifs :

Renforcer ses bases.

Perfectionner ses connaissances.

Développer l'autonomie sur des temps libres

Affirmer un choix pour le passage en cours Ados.

Les enfants se voit remettre un « Passeport Cirque » en début d'année qu'il conserve tout au long de leur « cursus » à l'ENACR. Ce « Passeport » sert de suivi dans l'évolution de l'enfant.

A Noël, une présentation de travail collective est présentée sur un thème défini par l'équipe pédagogique.

Un spectacle de fin d'année achève l'année.

Pratique de 12 à 17 ans

✓ **Encadrement** : 1 enseignant pour 10/12 enfants selon les disciplines

Durée : 2h

Disciplines – De 18h à 20h

Acrobatie – Mardi ou jeudi

Jonglerie - Jeudi

Pluridisciplinaire - Mardi

Techniques aériennes – Lundi, mardi ou jeudi

Trapèze volant – Mardi ou mercredi

Séance type :

Echauffement
ludique

Ateliers

Retour au
calme

Base
acrobatique

Rangement

Objectifs :

Renforcer ses bases.

Perfectionner ses acquis techniques

Développer l'entraide au sein d'un groupe.

Développer la créativité.

Un deuxième cours est possible, sous réserve qu'il reste de la place dans le second cours souhaité, une fois les inscriptions terminées.

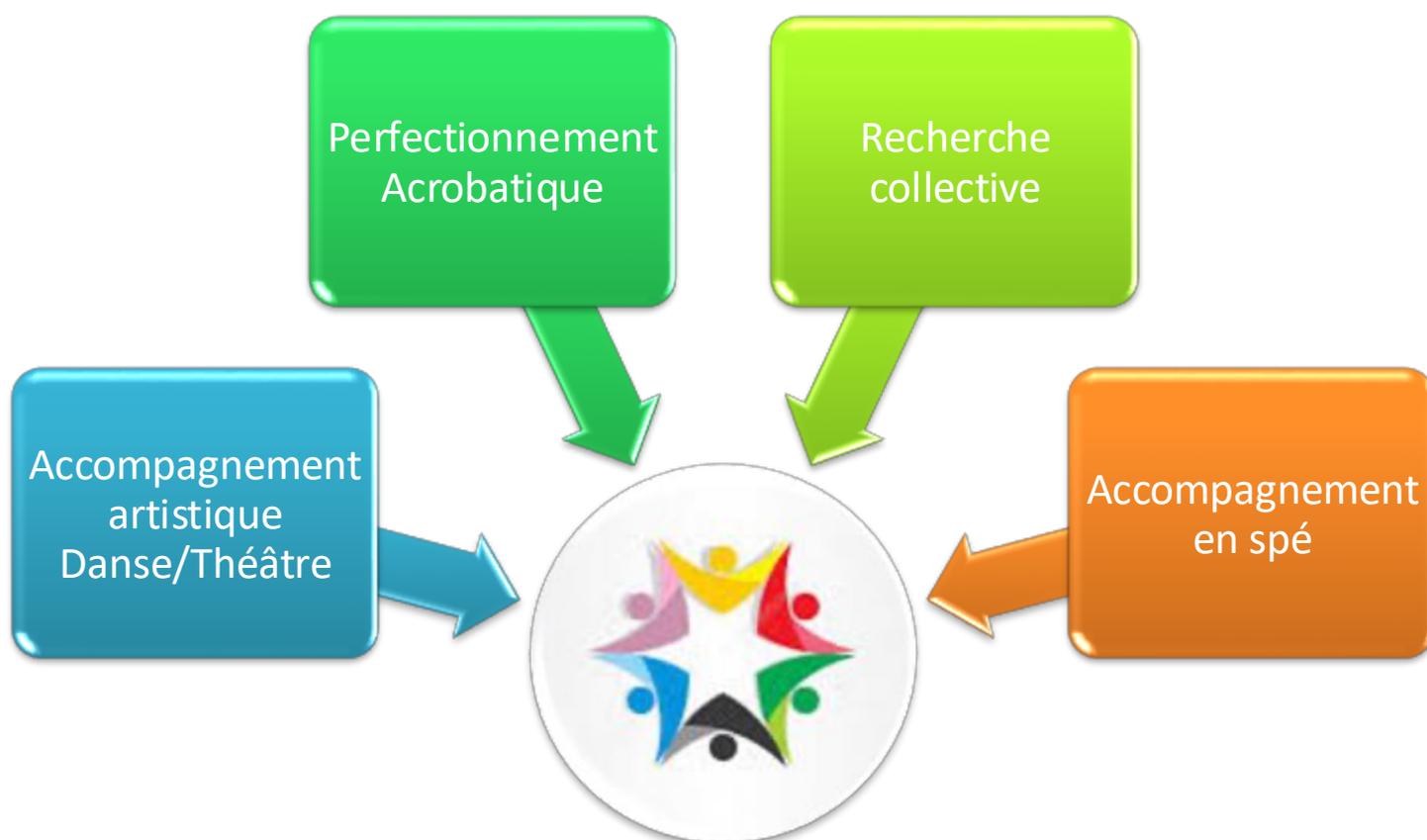
A Noël, une présentation des acquis est possible selon les envies de chacun.e.

Un spectacle de fin d'année achève l'année.

Classe étoile

✓ **Encadrement** : 1 enseignant en danse, 1 enseignant en théâtre, 2 enseignants en acrobatie, 1 enseignant en jonglerie et accompagnement de projet

Durée : 4h30



Classe étoile

- ✓ Public
- ✓ Fonctionnement
- ✓ Planning

Public : Enfants de 10 à 17 ans

- Avoir les prérequis demandés
- L'entrée en classe * se fait sur validation de l'équipe pédagogique
- Accepter et respecter le fonctionnement
- Se rendre disponible sur les projets que pourraient proposer l'école aux élèves

Fonctionnement :

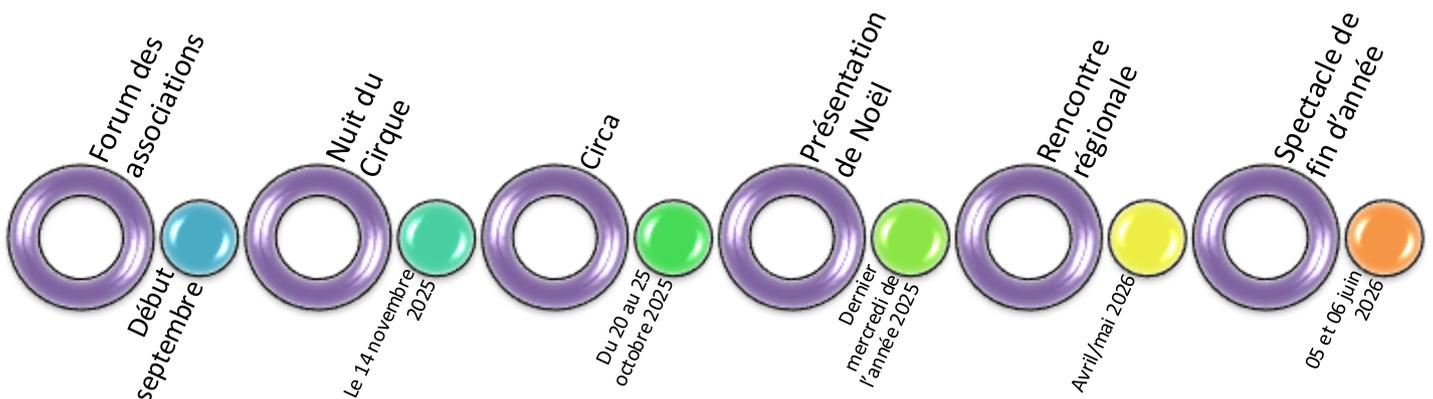
Prérequis :

Placement en équilibre, équilibre roulade, Roue, souplesse avant ou arrière, savoir jongler à trois balles et une prédilection pour une discipline.



Le lundi de 18h à 20h30 –
Danse, base acrobatique,
accompagnement de projet
Le mercredi de 18h à 20h -
Théâtre, jonglerie, recherche
collective, création de numéro

Planning :



Adultes

✓ **Encadrement** : 1 enseignant pour 10/12 adultes selon les disciplines

Durée : 2h

Acrobatie

- Mardi - Base équilibre sur les mains, Acrobatie au sol et portés.
- Jeudi - Accès sur le Parkour et le Tricking en gardant une base acrobatique.

Jonglerie

- Mercredi - Pour toutes les personnes mordues de jongle !

Pluridisciplinaire

- Mardi - Pour toutes les personnes indécises ou qui ont une folle envie de tout essayer !

Roue Allemande

- Mercredi - Pour toutes les personnes qui veulent découvrir cette discipline trop peu représentée dans les écoles.

Techniques aériennes

- Lundi - Intermédiaire, personnes qui ont déjà une connaissance d'un agrée
- Jeudi - Débutant.e, pour découvrir les aériens
- Samedi - Confirmé.e, avoir une bonne condition physique et une bonne connaissance d'un agrée

Trapèze fixe

- Mardi soir - Multi-Niveaux, pour les personnes mordues de trapèze fixe !

Trapèze volant

- Lundi - Multi-Niveaux
- Mardi - Multi-Niveaux
- Mercredi - Multi-Niveaux
- Jeudi - Confirmé.e
- Samedi 12h/14h - Débutant.e
- Samedi 14h/16h - Confirmé.e
- Samedi 16h/18h - Multi-Niveaux

Le spectacle de fin d'année :
Un.e metteur.se en piste est choisi.e chaque année pour accompagner les amateurs adultes sur le spectacle de fin d'année.

Les rencontres ACROS :
Les Amateurs du Cirque de Rosny se retrouvent trois fois dans l'année pour (Re)découvrir d'autres disciplines.

Le parcours du spectateur :
Chaque année, l'école propose à ses adhérents trois spectacles à découvrir.

Les tarifs

Tarif 2025-2026

Adhésion annuelle : 35,00 €

Cotisations Tarifs Adultes	Rosnéens - Licence incluse		93 - Licence incluse		Hors 93 - Licence incluse	
	Non-Imposable	Imposable	Non-Imposable	Imposable	Non-Imposable	Imposable
	Prix 2025-2026	Prix 2025-2026	Prix 2025-2026	Prix 2025-2026	Prix 2025-2026	Prix 2025-2026
Cours adultes :						
1 cours/semaine	265 €	364 €	304 €	403 €	324 €	423 €
2 cours/semaine	336 €	465 €	387 €	516 €	413 €	542 €
3 cours/semaine	419 €	583 €	484 €	648 €	517 €	681 €

Cotisations Tarifs Enfants	Rosnéens - Licence incluse		93 - Licence incluse		Hors 93 - Licence incluse	
	Non-Imposable	Imposable	Non-Imposable	Imposable	Non-Imposable	Imposable
	Prix 2025-2026	Prix 2025-2026	Prix 2025-2026	Prix 2025-2026	Prix 2025-2026	Prix 2025-2026
Cours enfants :						
3 ans - Baby Cirque - Parent/enfant	150 €	186 €	177 €	221 €	186 €	230 €
4 et 5 ans	138 €	178 €	168 €	219 €	178 €	229 €
6/7 ans et 8/9 ans	172 €	226 €	212 €	279 €	226 €	292 €
10/11 ans et Cours ados (+12ans)	182 €	239 €	225 €	295 €	239 €	310 €
Ados - 2 cours/semaine	229 €	302 €	284 €	376 €	302 €	394 €
Classe étoile	332 €	444 €	416 €	555 €	444 €	583 €