

ACROBATIE

Le.a candidat.e devra être capable de réaliser **un enchaînement de figures** maîtrisées intégrant :

- Une roulade avant
- Une roulade arrière
- Une roue
- Une rondade
- Un équilibre tendu sur les mains

AÉRIENS

Le.a candidat.e devra présenter, après tirage au sort, un enchaînement de 10 figures au **trapèze fixe** ou de 5 figures au **tissu***.

L'enchaînement doit être régulier et fluide. La respiration sera régulière. Les figures devront être correctement exécutées sans hésitation, maîtrisées et maintenues plusieurs secondes.

ÉQUILIBRE SUR OBJETS

Le.a candidat.e doit présenter le **fil tendu** et, après tirage au sort, **au moins une des techniques suivantes : boule, monocycle, planche à rouleau**. Si le jury l'estime nécessaire, la totalité des techniques pourra être présentée.

Fil tendu : marche avant, arrière, ½ tour et retour (*il s'agit d'un demi-tour dans la marche et non d'un demi-tour de poutre*), saut du fil à la plate-forme. Le fil est tendu à une hauteur de 50 cm, des chevalets avec plate-forme sont prévus à une distance d'au moins 4 m, un ressort pourra être utilisé.

Monocycle : départ non tenu, distance de 20 mètres en avant et une figure en forme de 8.

Boule (de 60 à 80 cm) : slalom sur 10 mètres, marche avant et arrière, allure rapide.

Planche à rouleau : 2 montées et descentes différentes sur la planche à rouleau (rouleau d'une hauteur de 10 cm minimum). Un dispositif de protection sera installé pour amortir la chute éventuelle.

*La FFEC recommande l'utilisation des livrets d'Yvette Challande : «*Méthodologie Corde et Tissus*», «*Méthodologie trapézoïdale Vol 1*» et «*Méthodologie trapézoïdale Vol 2*».

JONGLERIE

Le·a candidat·e doit présenter un **passing simple aux massues** (10 passes), une **routine de 10 figures à trois balles** (la figure est maîtrisée quand elle est au moins doublée) et, après tirage au sort, **au moins une des techniques ci-dessous**. Si le jury l'estime nécessaire, la totalité des techniques pourra être présentée.

Diabolo

- Faire tourner
- Corriger les axes
- Lancer et rattraper
- + 4 figures

Bâton du diable

- Lever et maintenir entre les deux baguettes
- + 4 figures

Anneaux

- Cascade à 3 cerceaux
- + 4 figures

Boîtes

- Principes de base
- + 4 figures

Assiettes

- Faire tourner l'assiette (à l'aide du bâton)
- + 4 figures

EXPRESSION ARTISTIQUE

Le·a candidat·e doit présenter un **travail artistique préparé sous forme de numéro individuel**. Ce numéro doit durer entre 3 et 6 minutes et mettre en piste l'utilisation d'une technique circassienne.

Seront évalués les éléments suivants :

- Entrée et sortie
- Occupation de l'espace et respect du cercle
- Cohérence de la présentation (costume, musique, approche artistique, technique)
- Prise en compte du public
- Un argumentaire autour du numéro présenté (de 4 à 6 min)