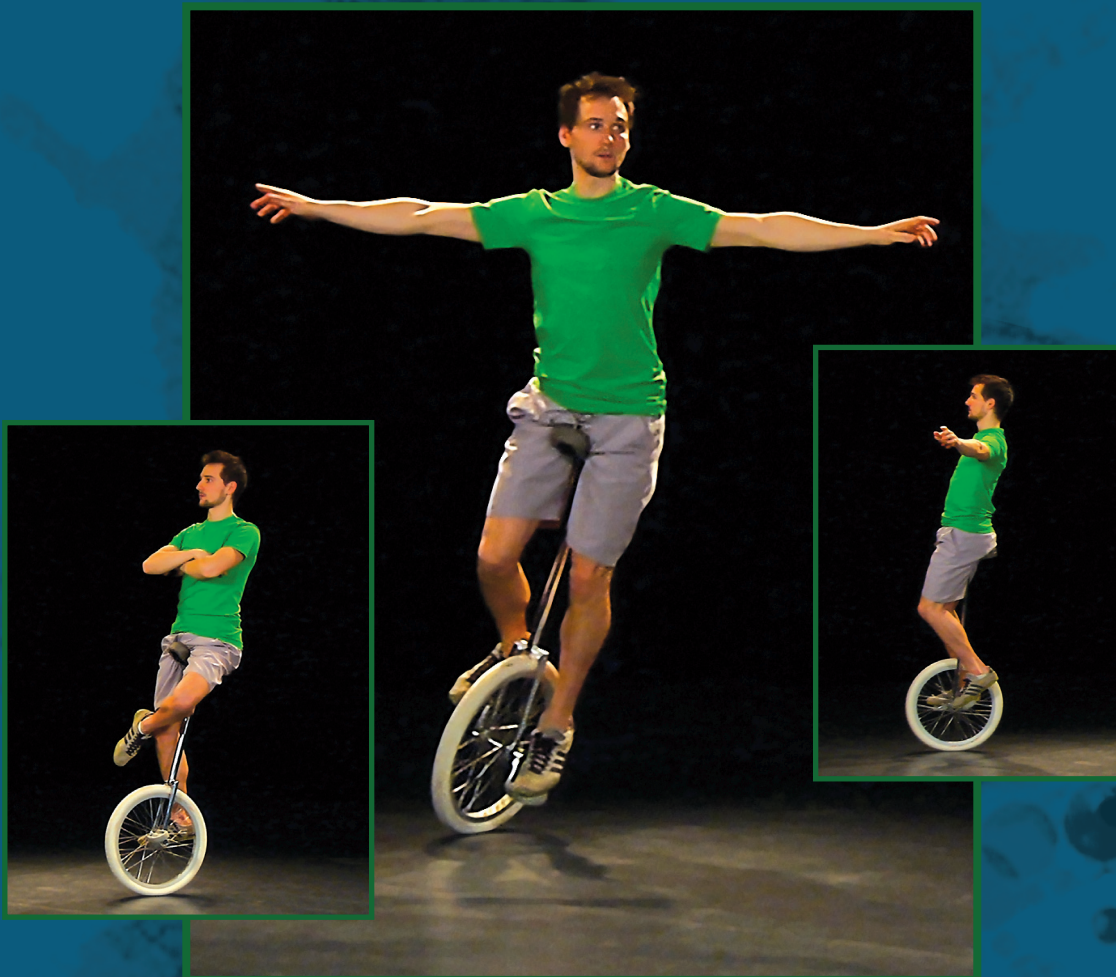


TECHNIQUES DE BASE EN ARTS DU CIRQUE



MONOCYCLE



FONDATION
CIRQUE DU SOLEIL™



CIRQUE DU SOLEIL

Conception et direction du projet: Michel Lafortune
Coordination de production: Carla Menza
Assistance à la production: Darlene Lenden, David Simard
Soutien technique: Darlene Lenden, Véronique Ricard, Jessenia Villamil Dos Santos
Assistance à la coordination: Hélène Brunet

Conseillers spéciaux: Bernard Petiot, Martin Bolduc

Conception graphique:
Direction artistique: Pierre Desmarais
Graphisme: Maria Masella et Emmanuelle Sirard
Sélection des photos: Jean-Marc Gingras
Photographies pages couverture: Éric Saint-Pierre, Lyne Charlebois, Ierê Ferreira, Sarah Bédard-Dubé
Montage et mise en page: Karine Raymond

Révision:

Révision et uniformisation du manuscrit: Patrice Aubertin, Violaine Ducharme, Darlene Lenden, Carla Menza, Sylvain Rainville, David Simard

Comité de lecture (CDS): Hélène Brunet, Lino de Giovanni, Stéphane Groleau, Michel Lafortune, Karine Lavoie, Carla Menza, Simon Rioux, David Simard, Paul Vachon

Traduction/Révision lexicale: Sandy Gonçalves, Diane Martin, Marie-Odile Pinet, Claudia Marisa Ribeiro

Collaboration à la définition du lexique: Stacy Clark, Marceline Goldstein, Marie-Andrée Robitaille

Révision linguistique: Liliane Michaud, Diane Martin

Formateurs Service Citoyenneté:

Emmanuel Bochud: [Diabolo](#) – Emmanuel Bochud, Karine Lavoie: [Jeux de groupe](#), [Bâton fleur](#)

ÉCOLE NATIONALE DE CIRQUE

Direction de contenus: Daniela Arendasova, directrice des études

Assistance à la direction de contenu: Patrice Aubertin, coordonnateur formation des instructeurs et formateurs, et Annie Gauthier, coordonnatrice à l'organisation scolaire

Rédaction:

ENSEIGNANTS: Nathalie Hébert: [Acrobatie](#), [Cerceau](#) – Anne Gendreau: [Corde lisse et tissu](#) – André St-Jean: [Échasses](#), [Minitrampoline](#), [Rola bola](#) – Sylvain Rainville: [Équilibre](#), [Main à main](#), [Pyramides](#) – Nicolette Hazewinkel: [Fil de fer](#) – Yves Dagenais: [Jeu d'acteur](#) – Sergey Perepelizki: [Jonglerie](#) – Luc Tremblay: [Monocycle](#) – Véronique Thibeault: [Trapèze fixe](#) – Antoine Grenier: [Gréage](#)

Démonstration photos et vidéos:

ÉTUDIANTS: Laurie Adornato, Devin Henderson, Maxim Laurin: [Acrobatie](#) – Anna Kichtchenko, Andréanne Nadeau: [Cerceau](#) – Anne-Fay Audet-Johnston, Simon Nadeau, Natalie Oleinik: [Corde lisse et tissu](#) – Chloé St-Jean-Richard: [Échasses](#) – Louis-Marc Bruneau-Dumoulin, Valérie Doucet: [Équilibre](#) – François Bouvier: [Fil de fer](#) – William Bonnet, Ugo Dario, Matthew Holsbeke, Giulio Lanzafame, Jonathan Morell, Jeff Retzlaff, Thomas Saulgrain, Vanessa Vollering: [Jeu d'acteur et Jeux de groupe](#) – Yann Leblanc, Jonathon Roitman: [Jonglerie](#) – Camille Legris, Tristan Nielsen: [Main à main](#) – Maxim Laurin, Chloé St-Jean-Richard: [Minitrampoline](#) – Joachim Ciocca: [Monocycle](#) – Alma Buholzer, Marie-Pier Campeau, Lisa Eckert, Miguel Angel Giles Huayta, Anny Laplante, Yann Leblanc, Léonie Pilote, Jonathon Roitman: [Pyramides](#) – Simon Nadeau: [Rola bola](#) – Rosalie Ducharme: [Trapèze fixe](#)

Dépôt légal: Été 2011

* Dans ce document, le genre masculin est utilisé comme générique, dans le seul but de ne pas alourdir le texte.

Remerciements pour leur collaboration:

Gaétan Morency, vice-président Citoyenneté, pour son soutien à la réalisation du projet.
Marc Lalonde, directeur général de l'École nationale de cirque ainsi que tous les employés du *Cirque du Soleil* et de l'École nationale de cirque pour leur collaboration.

Toute reproduction est strictement interdite sans l'autorisation préalable du titulaire des droits d'auteurs. Le contrevenant s'expose à des sanctions civiles ou pénales./Any reproduction is strictly prohibited without prior authorization of the copyright holders. Any infringement is subject to civil or penal sanctions.

Tous droits réservés/All rights reserved

Produit au Canada/Produced in Canada



© 2011 Cirque du Soleil
cirquedusoleil.com

Cirque du Soleil est une marque détenue par *Cirque du Soleil* et employée sous licence./*Cirque du Soleil* is a trademark owned by *Cirque du Soleil* and used under license.

PRÉFACE

ÉCOLE NATIONALE DE CIRQUE

Située à Montréal, l'École nationale de cirque est un établissement d'enseignement secondaire et collégial qui a pour mission première de former des artistes de cirque. Elle est la seule institution en Amérique du Nord à offrir le cycle complet de formation en arts du cirque, soit le programme préparatoire, le programme Cirque-études secondaires et la formation supérieure (menant au Diplôme d'études collégiales en arts du cirque). Depuis 1981, plus de 400 artistes ont été formés par l'École. Précurseur dans le renouveau des arts du cirque au Canada et en Amérique du Nord, l'École a contribué à l'émergence des grands cirques québécois que sont devenus le *Cirque du Soleil*, le Cirque Éloïze et les 7 doigts de la main, mais aussi de plusieurs compagnies de cirque à l'étranger.

L'École nationale de cirque occupe aujourd'hui une position unique dans le monde de l'enseignement des arts du cirque. Forte d'une équipe pédagogique et artistique de plus de 60 enseignants provenant des secteurs des arts du cirque, des sports acrobatiques, des arts de la scène et de l'éducation, l'École est fréquemment sollicitée pour partager son expertise dans le cadre de colloques, d'échanges pédagogiques et de rencontres au Canada et à l'étranger, notamment par l'intermédiaire du Réseau international de formation des instructeurs de cirque social RIFCS, de la Fédération européenne des écoles de cirque professionnelles (FEDEC), de l'European Youth Circus Organisation (EYCO) et de l'American Youth Circus Organisation (AYCO).

Avec l'engouement que connaissent le cirque social et la pratique de loisirs en arts du cirque ainsi que la demande conséquente pour des praticiens qualifiés, l'École a cru essentiel de soutenir le développement de l'offre de services d'initiation et de formation en arts du cirque de qualité et sécuritaires. Ainsi, depuis 2004, ses programmes de formation d'instructeurs et de formateurs menant à une attestation d'études collégiales et reconnus par le ministère de l'Éducation, des Loisirs et du Sport du Québec ont formé une centaine de professionnels de l'enseignement. Ces derniers sont actifs dans toutes les sphères de l'enseignement du cirque, dans l'éducation des jeunes, dans les loisirs, dans le cirque social et jusque dans la formation spécialisée d'artistes professionnels.

En plus des compétences en initiation aux techniques de cirque, l'exercice de la fonction d'instructeur en arts du cirque dans le contexte d'activités de loisirs ou d'intervention sociale nécessite notamment des connaissances en sécurité et sur les stades de développement de la personne, sur les plans moteur, psychologique et social, de même que des habiletés en animation et en gestion de classe. Cet ouvrage constitue un outil pédagogique utile et pertinent mais ne saurait remplacer une formation en pédagogie des arts du cirque. De même, si les techniques sont essentielles à la pratique des arts du cirque, ces disciplines ne peuvent se passer de la créativité et de la poésie pour être véritablement artistiques et porteuses de sens, et ce, même dans un contexte de pratique amateur.

Les enseignants et les praticiens qui ont pris part avec enthousiasme et rigueur à l'élaboration des contenus de ce manuel se joignent à moi pour remercier le *Cirque du Soleil* de s'être investi généreusement dans le développement d'un ouvrage pédagogique de cette envergure. Cela aidera certainement un grand nombre de jeunes, par l'intermédiaire de praticiens qualifiés, à mieux s'épanouir grâce à la pratique des arts du cirque.

Daniela Arendasova
Directrice des études
École nationale de cirque
Montréal



INTRODUCTION

L'exercice des arts du cirque suppose la connaissance et la maîtrise d'une ou de plusieurs techniques, qui demandent généralement un travail d'apprentissage progressif et continu. Le recours à ces techniques permet d'accéder à un large éventail de possibilités visant autant le développement de capacités physiques que celui du potentiel créatif et des habiletés sociales.

Il existe actuellement un intérêt grandissant pour l'utilisation des arts du cirque appliqués à d'autres fins que le spectacle de performance. Des professionnels du milieu du loisir, du développement humanitaire, de la santé mentale ou de la réhabilitation physique regardent avec un grand intérêt l'évolution des initiatives en cours.

Comme l'apprentissage de ces techniques est appelé à se développer dans plusieurs domaines, et devant l'engouement certain pour les arts du cirque comme pratique de loisir, il nous a semblé important d'élaborer un document qui répondrait aux besoins de connaissances techniques, tout en assurant un enseignement sécuritaire et par étapes des techniques de base en arts du cirque.

Par ailleurs, nous croyons que ce document sera apprécié par toutes les organisations concernées par l'enseignement des techniques de cirque. Nous pensons ici aux écoles de cirque, aux programmes de cirque récréatif, aux fédérations de gymnastique acrobatique ainsi qu'au milieu de l'éducation. Tous y trouveront des connaissances qui bonifieront leur pédagogie.

Une collaboration entre l'École nationale de cirque et le *Cirque du Soleil*

Cette trousse éducative multimédia regroupe 17 disciplines de cirque et 177 éléments techniques. Élaborée avec la complicité des enseignants de l'École nationale de cirque, elle préconise et respecte les principes de l'enseignement des techniques de base en arts du cirque. Illustré par les élèves de cette même institution, ce document mise sur le développement progressif des compétences et la maîtrise de différentes techniques circassiennes de base.

L'ouvrage comprend deux composantes principales :

Des documents écrits : La composante écrite de *Techniques de base en arts du cirque* comprend 17 chapitres correspondant chacun à une discipline différenciée par une couleur. Chaque chapitre est divisé en deux sections. La première section présente la terminologie propre à la discipline, l'équipement requis, les renseignements particuliers ainsi que les consignes concernant la sécurité et la prévention des blessures. La deuxième section illustre en détail les différents éléments techniques qui composent la discipline. Cette section comprend la description des éléments techniques, les explications détaillées du mouvement, des éducatifs permettant un apprentissage étape par étape des éléments techniques, des notions d'assistance manuelle, des correctifs correspondant aux erreurs les plus communes ainsi que des variantes du mouvement.

Des documents vidéo : La composante vidéo de *Techniques de base en arts du cirque* a pour objectif de favoriser une meilleure compréhension du matériel écrit et de soutenir visuellement l'apprentissage. Afin de faciliter le repérage des informations, les couleurs attribuées aux disciplines présentées dans les documents écrits correspondent à celles des documents vidéo. Dans le même ordre d'idées, les photos qui accompagnent les explications du mouvement, les éducatifs et les variantes ont été extraites des documents vidéo. Selon le cas, l'ajout de plans isolés et le recours aux ralentis facilitent la compréhension des positions techniques complexes et des enchaînements rapides. D'autre part, des mises en garde apparaissent à des moments spécifiques afin de rappeler les éléments de sécurité à considérer lors de l'exécution de l'élément en cours.



Pour des raisons pratiques, la section « erreurs communes » n'est pas incluse afin de mettre l'accent sur la représentation adéquate des mouvements. Par ailleurs, les éducatifs essentiels à l'apprentissage des éléments techniques sont présents sur les documents vidéo. Il faut toutefois consulter les documents écrits pour accéder à la liste complète des éducatifs.

Tous les exercices contenus dans les documents écrits et vidéo sont présentés de manière à ce que leur pratique se déroule dans des conditions sécuritaires, idéalement sous la surveillance de l'instructeur ou de l'entraîneur, et avec la préparation et l'équipement appropriés.

Les composantes écrites et vidéo de *Techniques de base en arts du cirque* sont complémentaires : elles ont été conçues pour être utilisées conjointement. Les documents écrits renferment des informations qui ne sont pas disponibles dans les documents vidéo. À l'inverse, les documents audio-visuels contribuent à une compréhension des mouvements que les documents écrits ne peuvent fournir avec autant de justesse.



MODE D'EMPLOI - DOCUMENTS ÉCRITS

Introduction

La première page de chaque chapitre décrit, de façon générale, les spécificités et les caractéristiques propres à chacune des disciplines.

JEU D'ACTEUR

INTRODUCTION AU JEU D'ACTEUR

Le jeu d'acteur consiste à incarner des personnages dans le cadre d'une mise en scène dont les consignes sont préalablement définies. Les participants adaptent leur performance en fonction du niveau de jeu, de l'environnement, des traits de personnages et des interactions demandés.

Cette discipline est partie prenante du processus de création des spectacles de cirque. On demande de plus en plus aux artistes de cirque d'interpréter des personnages et des émotions. Comme pour les autres disciplines, des techniques de base sont essentielles afin de parvenir à jouer une intention, une émotion ou une situation de manière claire et efficace.



Chaque discipline est différenciée par une couleur. Les diverses couleurs, correspondant à celles présentées dans les documents vidéo, facilitent le repérage des informations.

MAIN À MAIN

INTRODUCTION AU MAIN À MAIN

Discipline acrobatique qui consiste à réaliser diverses portées, à deux ou à plusieurs personnes, sur les mains ou sur la tête. Ces figures exigent force, équilibre, souplesse ainsi que synchronisme entre voltigeurs et porteurs.

Deux formes de figures sont pratiquées, le main à main statique et le main à main dynamique. Les portées statiques ne comportent aucun déplacement majeur mais exigent plus d'endurance dans le maintien des figures. Les figures dites dynamiques se caractérisent quant à elles par l'exécution de propulsion et de sauts acrobatiques.



TERMINOLOGIE

Battements
Action de lancer une jambe tendue vers l'avant, avec le pied en pointe, afin de former un angle d'environ 90° ou plus avec le corps.

Centre de masse (CDM)
Point représentant la moyenne de toute la masse corporelle d'une personne et la rencontre des trois axes de rotation.

Demi-pointe
Maintien de la position debout sur la pointe des pieds.

Fil
Câble sur lequel on marche.

Pied en fermeture
Position du pied, droit sur le fil.

Pied en ouverture
Rotation externe du pied d'environ 45 degrés.

Plateforme
Structure « A » qui permet l'ancrage du fil tout en le soulevant du sol.

Retirés
Action de fléchir une jambe et de soulever le pied afin de le poser sur le genou de la jambe opposée.

ÉQUIPEMENT

- un câble (le fil) sur lequel on marche;
- deux plateformes « A » pour accrocher le câble;
- les câbles de côté;
- un tire-fort pour tendre le fil;
- un ressort;
- les manilles pour assembler;
- un tapis de sol de la longueur du fil et d'au moins 1,40 m de large.



Câbles de côté **Plateforme « A »**

Techniques de base en arts du cirque - FIL DE FER - © 2011 Cirque du Soleil

Terminologie

Termes techniques essentiels à la bonne compréhension des éléments et propres à chaque discipline.

En collaboration avec les enseignants de l'École nationale de cirque, une recherche terminologique approfondie a été menée afin de déterminer les expressions et les termes les plus reconnus dans les milieux du cirque et de l'acrobatie.

Équipement requis

Équipement nécessaire à la pratique des différentes disciplines présentées.

Renseignements particuliers

Indications spécifiques à la pratique de la discipline mais essentielles à la juste exécution des éléments techniques, regroupant autant l'identification du côté dominant pour la réalisation des vrilles que les positions corporelles dans les phases aériennes.

Sécurité

Information essentielle à considérer pendant les entraînements dans le but de minimiser tout risque de blessure.

Spécifiques à chaque discipline, ces points, d'une importance primordiale, traitent autant du rôle de l'instructeur que de l'environnement de travail.

TERMINOLOGIE

Corde lisse
Agrès aérien composé d'une corde de coton torsadée ou tressée, d'un diamètre de 3 à 5 centimètres, disposée à la verticale et à partir de laquelle l'acrobate exécute différentes figures acrobatiques.

Crête iliaque
Os plat formant le bord supérieur de l'os du bassin.

Flexion des hanches
Action de rapprocher les jambes du buste, soit de diminuer l'angle tronc/jambes.

Pieds en flex
Position de la cheville en flexion.

Suspension mi-reversée
Flexion des hanches en position inversée.

Tissu aérien
Agrès aérien en tissu, généralement composé de lycra, plié en deux et suspendu à un point d'accroche, sur lequel l'acrobate exécute différentes figures acrobatiques.

RENSEIGNEMENTS PARTICULIERS

Le travail en corde lisse et en tissu s'effectue sur un axe vertical, ce qui sollicite sans cesse l'endurance physique. Le participant étant constamment soumis à la gravité, le défi consiste à limiter la perte de hauteur pendant l'exécution des placements et à trouver des combinaisons qui limitent les manipulations nécessaires et les inévitables remontées.

La pratique de ces deux disciplines requiert une endurance musculaire générale et développe une bonne tonicité. Elle sollicite spécifiquement la force du haut du corps, les bras, les épaules, les abdominaux ainsi que la force de préhension.

Note: Afin d'alléger le texte, le mot « corde » sera employé dans les descriptions pour désigner à la fois la corde et le tissu, à l'exception des portions consacrées uniquement au tissu.

SÉCURITÉ

La corde et le tissu laissant place à beaucoup de liberté, de créativité et d'exploration, la sécurité apparaît comme la seule véritable règle. Conséquemment, l'équipement doit être en bon état et adéquatement installé. Également, il est primordial de toujours utiliser un tapis de réception. L'instructeur doit s'assurer de connaître ses limites et d'être en mesure d'évaluer celles des participants.

La corde et le tissu se pratiquent sans longe ou dispositif de sécurité, mais avec un tapis de réception. Pour cette raison, il est essentiel de s'assurer d'avoir la capacité d'effectuer un élément au complet, ce qui inclut autant le contrôle du mouvement que la sortie. Pendant la descente, et malgré l'utilisation d'un tapis de réception, la possibilité de se laisser tomber ne peut en aucun cas être à considérer.

Comme la corde et le tissu peuvent occasionner des brûlures par abrasion, il est recommandé de porter des vêtements ajustés couvrant, le plus possible, les jambes et le tronc. Malgré ces précautions, il est normal que les personnes qui s'initient à ces disciplines éprouvent de la douleur. La corde et le tissu donnent des sensations de serrement aux pieds, aux cuisses et au tronc, et occasionnent parfois des brûlures mineures sur les pieds ou d'autres parties exposées. Afin d'augmenter l'adhérence et de limiter les légers glissements involontaires, on utilise de la résine réduite en poudre qu'on applique sur les mains et, au besoin, sur les pieds et derrière les genoux.

Techniques de base en arts du cirque - CORDE LISSE ET TISSU - © 2011 Cirque du Soleil



**ACROBATIE
MENICHELLI**

Description de l'élément technique
Rotation arrière de 180° autour de l'axe transversal, passage à l'ATR et finale avec bascule du corps avec les jambes en fente.

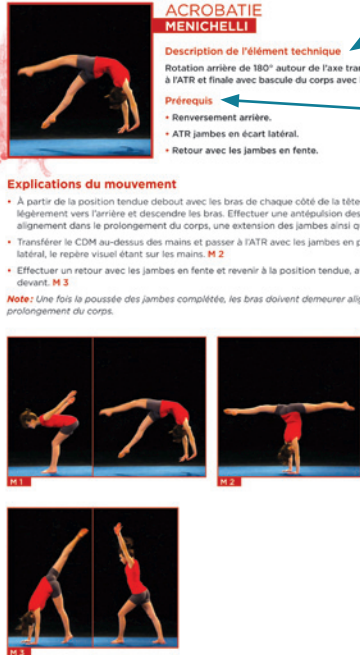
Prérequis

- Renversement arrière.
- ATR jambes en écart latéral.
- Retour avec les jambes en fente.

Explications du mouvement

- À partir de la position tendue debout avec les bras de chaque côté de la tête, basculer légèrement vers l'arrière et descendre les bras. Effectuer une antépuulsion des bras jusqu'à leur alignement dans le prolongement du corps, une extension des jambes ainsi que des hanches. **M 1**
- Transférer le CDM au-dessus des mains et passer à l'ATR avec les jambes en position d'écart latéral, le repère visuel étant sur les mains. **M 2**
- Effectuer un retour avec les jambes en fente et revenir à la position tendue, avec le repère visuel devant. **M 3**

Note: Une fois la poussée des jambes complétée, les bras doivent demeurer alignés dans le prolongement du corps.



Techniques de base en arts du cirque - ACROBATIE - © 2011 Cirque du Soleil

Description de l'élément technique

Description concise précisant la nature ou les mouvements-clés de l'élément technique présenté.

Prérequis

Figures, schémas corporels et habiletés techniques à maîtriser avant d'entreprendre l'apprentissage de l'élément.

Explications des mouvements

Présentation détaillée des différentes séquences de mouvements qui composent l'élément.

Désignées par l'icône **M**

Ces explications étant appuyées par une ou plusieurs photos qui leur correspondent, l'ajout d'un chiffre à la lettre **M** permet de suivre les séquences représentées visuellement. **M 1** ; **M 2**, etc.

Note de sécurité

Au-delà des indications présentes dans la première section, les notes de sécurité signalent des aspects essentiels à considérer au cours de l'exécution de ce mouvement pour éviter tout risque de blessure.

**PYRAMIDES
LA PYRAMIDE D'ÉGYPTÉ**

Description de l'élément technique
Pyramide à 7 personnes.


Prérequis

- Voltigeur debout sur un porteur en position sumo carpiée.

Explications du mouvement

- Quatre porteurs se placent l'un à côté de l'autre en position sumo carpiée en entrecroisant les jambes avec celles des porteurs voisins afin de stabiliser la base de la pyramide et de former une ligne droite. Les dos doivent être à l'horizontale et à la même hauteur les uns que les autres. **M 1**
- Un premier voltigeur monte sur les deux porteurs du centre en appuyant ses mains sur leur dos, en montant soit directement, soit à l'aide d'un appui du pied sur une cuisse. Une fois en hauteur, le voltigeur pose un pied sur le bassin de chacun des porteurs du centre et appuie ses mains sur les omoplates de ces derniers. Deux autres voltigeurs répètent cette séquence, l'un se plaçant sur le dos des deux porteurs de gauche et l'autre sur celui des deux porteurs de droite. **M 2**
- Lorsque les trois voltigeurs sont stables, ils relèvent le tronc afin d'avoir le dos à l'horizontale. Simultanément, porteurs et voltigeurs effectuent une extension latérale des bras avec appui sur les épaules des partenaires voisins, s'il y a lieu. Les porteurs complètent la séquence par une extension des jambes. **M 3**
- Pendant la descente, les voltigeurs posent de nouveau leurs mains sur les omoplates des porteurs puis sautent vers l'arrière, l'un après l'autre, à partir du centre et en évitant tout mouvement brusque.

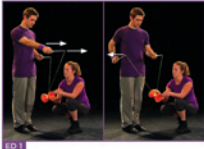
Note de sécurité: Il est important qu'il y ait un tapis de réception devant la pyramide en cas de chute. Dans le cas échéant, ils doivent tomber sur les personnes en dessous. Ainsi, la vitesse et la hauteur de la chute seront moindres.



Techniques de base en arts du cirque - PYRAMIDES - © 2011 Cirque du Soleil

Éducatifs

1. Une personne tient le diabolo avec les mains et le bouge pour que le participant pratique les règles de correction avec les baguettes. Le diabolo se corrige avec la main qui lui donne la vitesse de rotation, la main droite. Tout en le corrigeant, continuer de lui donner de la vitesse en faisant des mouvements de haut en bas avec la main droite. **ED 1**
Trois consignes de correction:
1. Se tenir face au diabolo; s'il tourne, on le suit.
2. Si le diabolo penche vers soi, vers les pieds, avancer la main droite; la ficelle frottera alors sur la calotte du diabolo et celui-ci redeviendra droit.
3. Si le diabolo penche vers l'extérieur, reculer la main droite; la ficelle frottera alors sur la calotte du diabolo et celui-ci redeviendra droit.
La correction devrait se faire de plus en plus rapidement et devrait donc être de plus en plus petite.
2. Rouler le diabolo sur le sol à l'aide des baguettes et le soulever dans les airs.



Assistance manuelle

- Le pæreur se place derrière le participant et manipule avec lui les baguettes en donnant la vitesse de rotation et en appliquant les corrections.

Erreurs communes	Corrections et exercices correctifs
1. Dès le début, le participant place le diabolo du mauvais côté sur le sol.	1. Placer le diabolo du bon côté. Si on veut le manipuler avec la main droite, on doit le mettre du côté droit.
2. Le participant est mal placé.	2. Rester face au diabolo.
3. Le participant attend trop longtemps pour effectuer la correction.	3. Corriger le diabolo dès les premiers signes d'instabilité. Avec la pratique, on arrive à anticiper les corrections.
4. Le diabolo devient instable en perdant de la vitesse.	4. Donner toujours de la vitesse en appliquant la correction.
5. Le participant effectue une correction trop prononcée et fait verser le diabolo.	5. Faire de petits mouvements de correction.

Techniques de base en arts du cirque - DIABOLO - © 2011 Cirque du Soleil

Éducatifs

Exercices et séquences de mouvements, étape par étape, recommandés afin de réussir l'exécution de l'élément technique. Ils facilitent l'apprentissage progressif en misant sur la coordination et la préparation physique ainsi que sur la prise de conscience des mouvements.

Désignés par l'icône ED

Ces éducatifs étant fréquemment appuyés par une ou plusieurs photos qui leur correspondent, l'ajout d'un chiffre aux lettres **ED** permet de suivre les séquences représentées visuellement. **ED 1**; **ED 2**, etc.


Assistance manuelle

Aide que l'instructeur ou le pæreur doit fournir au cours de l'enseignement des mouvements. Permet de visualiser les gestes à poser et les actions à mener afin de garantir un apprentissage sécuritaire.

Désignée par l'icône AM

Assistance manuelle

- Pour aider le participant, l'instructeur se place devant lui et tient son bras solidement tendu, en serrant le poing. Le participant s'appuie sur le poing en essayant de le lâcher le plus longtemps possible. **AM 1**
- Ne pas tenir le participant par les hanches, car il ne contrôlera pas son équilibre.



Erreurs communes	Corrections et exercices correctifs
1. Les bras du participant baissent durant le demi-tour.	1. Développer le réflexe de lever les bras pendant le demi-tour. EX
2. Le participant met trop de poids sur le pied droit.	2. Garder le CDM au-dessus du pied gauche. Le pied droit doit aider pendant le tour.
3. Le participant carpe le corps.	3. Plier davantage le genou de la jambe gauche, en levant les bras.

Variantes


1. Enchaînement: marche, demi-tour au bout du fil, marche.
2. Enchaînement: quatre demi-tours au milieu du fil.

Techniques de base en arts du cirque - FIL DE FER - © 2011 Cirque du Soleil



ÉQUILIBRE
CHAISE

Description de l'élément technique
Équerre au sol avec appui sur les mains.



Explications du mouvement

- Appuyer les mains au sol avec l'index vers l'avant et le CDM sur le plat des mains. Garder les jambes collées et tendues avec les pieds en pointe. Pousser avec les bras en contractant les abdominaux et en amenant le bassin légèrement vers l'arrière.

Éducatifs

- Chaise sur des cannes ou sur des barres parallèles.
- Chaise avec les jambes en position groupée.

Assistance manuelle

- Surveiller les chutes arrière possibles surtout lorsque l'exercice est fait sur des cannes d'équilibre ou lorsque le participant lève les jambes très haut.

Erreurs communes


- Le participant ne parvient pas à lever les jambes.
- Le participant n'arrive pas à garder les bras tendus.

Corrections et exercices correctifs

- Répéter des exercices permettant le renforcement des muscles abdominaux. EX
- Tourner les mains vers l'extérieur, l'index vers l'avant.

Variante

- Chaise avec les jambes en écart. V 1



Techniques de base en arts du cirque - ÉQUILIBRE - © 2011 Cirque du Soleil

Erreurs communes

Erreurs les plus fréquentes à éviter.

Corrections et exercices correctifs

Rectifications à apporter soit par le biais de corrections de mouvements, soit par des exercices correctifs. Ces derniers sont désignés par l'icône EX.

Variantes


Figures, dérivées des éléments techniques, offrant l'opportunité de progresser et de varier les apprentissages.

Désignées par l'icône V

Assistance manuelle

- L'instructeur place sa main sur la cheville du participant pour éviter que l'angle de son genou dépasse 90°, autrement une chute en résulterait. AM 1

Note : Éviter de pousser trop fort sur la jambe; l'angle ne doit pas dépasser celui de la position deux jamets. Si le trapeze est plus haut, l'instructeur place ses mains sous les épaules du participant.



Erreurs communes



- Le participant laisse tomber la hanche et la jambe libre, et il a de la difficulté à remettre le genou sur la barre.
- Le participant reste carpé et il a de la difficulté à garder un angle de genou sécuritaire.

Corrections et exercices correctifs

- Garder les hanches à la même hauteur tout au long du mouvement.
- Ouvrir les hanches en serrant les fesses et en poussant le bassin vers l'avant; tirer les talons vers les fesses.

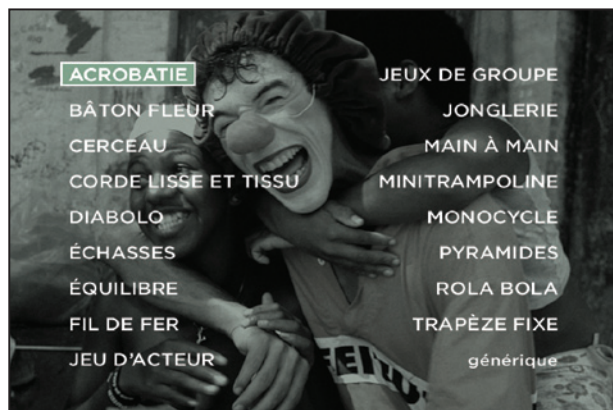
Variantes

- Jambes de côté en écart. V 1
- Arabesque: jambe en arrière, un pied tiré vers la tête. V 2

Techniques de base en arts du cirque - TRAPEZE FIXE - © 2011 Cirque du Soleil

MODE D'EMPLOI – DOCUMENTS VIDÉO

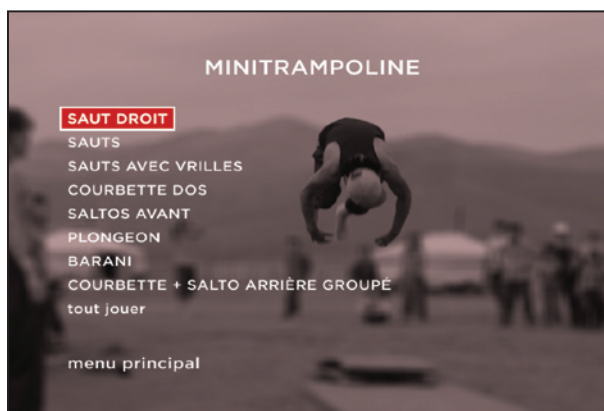


Menu général

Après la séquence d'ouverture, une première fenêtre présente les disciplines contenues dans le DVD.

Menu des éléments

Une fois la discipline sélectionnée, une deuxième fenêtre permet de naviguer d'un élément technique à l'autre. La commande « tout jouer », au bas de la fenêtre, offre également la possibilité de visualiser les éléments en boucle.



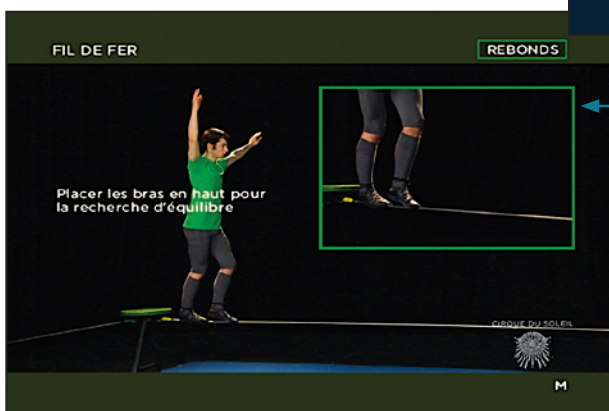


Mises en garde

À des moments stratégiques pendant le visionnement des mouvements, des indications apparaissent en tant qu'informations supplémentaires ou mises en garde concernant la sécurité ou la prévention.

Icônes

Lorsqu'il est en surbrillance, l'icône correspondant à ceux présentés dans le document écrit indique la composante de l'élément technique à l'affiche.



Plan rapproché

Dans certains cas, une attention particulière a été apportée à une figure, à une partie du corps ou à une assistance manuelle au cours de l'exécution d'un mouvement par l'ajout d'un plan rapproché ou présentant un angle différent.

Notes techniques

Il est possible d'effectuer des sauts d'une partie à l'autre d'un même élément en sélectionnant les icônes qui se trouvent au bas de l'écran à partir de la fonction « skip ». La fonction de lecture ralentie, disponible sur la plupart des lecteurs DVD, permet également de visualiser avec plus de précision chacun des mouvements.



MONOCYCLE

INTRODUCTION AU MONOCYCLE

La pratique du monocycle consiste à exécuter diverses acrobaties, équilibres, courbes et sauts sur un véhicule constitué d'une roue avec pédalier et selle. Inventée vers 1880, cette discipline est aujourd'hui largement répandue et elle est fréquemment combinée avec la jonglerie. Elle requiert équilibre, coordination et précision.

Contrairement au vélo, le monocycle ne contient ordinairement pas de chaîne et les manivelles sont fixées directement sur l'axe de la roue, sans démultiplication.



TERMINOLOGIE

Arc de cercle

Mouvement qui suit la trajectoire d'un cercle.

Axe antéro-postérieur

Ligne imaginaire traversant le corps du nombril vers le milieu du dos.

Axe longitudinal

Ligne imaginaire traversant le corps de la tête aux pieds.

Axe transversal

Ligne imaginaire traversant le corps de la hanche droite à la hanche gauche.

Ceinture abdominale

Ensemble des abdominaux.

Centre de masse (CDM)

Point représentant la moyenne de toute la masse corporelle d'une personne et la rencontre des trois axes de rotation.

Pareur

Personne qui assiste manuellement l'exécution d'un mouvement ou d'une position.

Position carpée

Position du corps avec les hanches en flexion et les jambes tendues.

ÉQUIPEMENT

Barre fixe

Barre horizontale fixée à environ un mètre du sol et servant à effectuer des mouvements de gymnastique.

Espalier

Large échelle fixée à un mur et servant à effectuer des mouvements de gymnastique.

Monocycle

- Le diamètre de la roue est de cinquante à soixante centimètres.
- La selle est plus étroite à l'avant et elle doit être fixée à environ cinq centimètres de hauteur de moins que la longueur de la jambe, depuis la fourche jusqu'au talon.
- Toujours s'assurer que la pression d'air dans la roue est au niveau maximum permis afin de faciliter les déplacements.

RENSEIGNEMENTS PARTICULIERS

La pratique de cette discipline sollicite spécifiquement la tonicité du haut du corps, c'est-à-dire des bras, des épaules et des abdominaux, ainsi que la force des jambes.



TABLE DES MATIÈRES

MONOCYCLE

ÉLÉMENTS TECHNIQUES

Montée de base	5
Avancer	
Avancer en ligne droite	7
Avancer en cercle	9
Avancer en figure en « 8 »	11
Surplace régulier	13
Sauts sur place	15
Reculer en ligne droite	17
Montée latérale	19
Surplace sur une jambe	21
Avancer en slalom	23



MONOCYCLE MONTÉE DE BASE

Description de l'élément technique

Montée sur le monocycle à partir de la position debout.



Explications du mouvement

- Prendre une position stable assis sur la selle, le monocycle incliné avec la roue devant, les pédales en position horizontale, avec un pied au sol et un pied sur la pédale. Allonger les bras latéralement. **M 1**
- Déplacer le poids vers l'avant en poussant sur la jambe au sol. Placer le CDM au dessus de la roue et un pied sur chaque pédale. **M 2**



M 1



M 2

Éducatifs

1. Monter en appuyant une main sur un espalier.
2. Monter en s'appuyant sur le bras d'un pareur placé de côté.

Assistance manuelle

- Le pareur tient la selle du monocycle d'une main et le bras du participant de l'autre main. **AM 1**



AM 1

Erreurs communes

1. Le participant est en position carpée lorsqu'il est assis.
2. Le participant relâche la tension au niveau des hanches et fait un pivotement latéral.
3. Les pédales ne restent pas en position horizontale pendant le transfert du CDM.

Corrections et exercices correctifs

1. Déplacer le bassin vers l'avant, en gardant le tronc en position verticale.
2. Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité du tronc afin de conserver les bras dans un axe perpendiculaire. **EX**
3. Augmenter le poids sur la selle. Modifier le ratio poids-pédales versus poids-selle.

Variante

1. Inversion des jambes : exécuter l'élément en inversant la jambe au sol et la jambe sur la pédale.



MONOCYCLE

AVANCER EN LIGNE DROITE

Description de l'élément technique

Déplacement vers l'avant en position assise sur le monocycle.

Prérequis

- Montée de base.

Explications du mouvement

- En position assise sur le monocycle, les bras allongés latéralement et le tronc à la verticale, déplacer le CDM en avançant légèrement le bassin et commencer à pédaler. **M 1**
- Conserver le CDM légèrement en avant et pédaler en ligne droite. **M 2**
- Rechercher une vitesse constante. **M 3**



M 1



M 2



M 3

Éducatifs

1. Avancer en appuyant une main sur un espalier.
2. Avancer avec l'assistance manuelle d'un pareur placé de côté.

Assistance manuelle

- Le pareur tient la selle du monocycle d'une main et le bras du participant de l'autre main. **AM 1**



AM 1

Erreurs communes

1. Le participant est en position carpée durant le déplacement et perd l'équilibre.
2. Le participant a un déhanchement au niveau du bassin.
3. Les déplacements du participant s'effectuent à un rythme irrégulier.
4. Le participant manque d'équilibre.

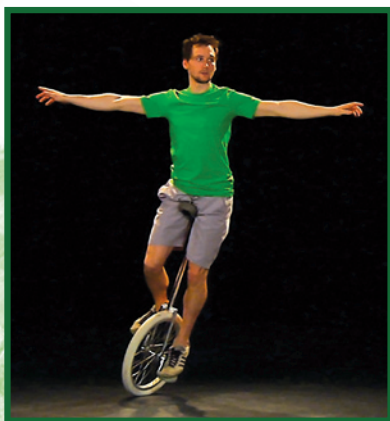
Corrections et exercices correctifs

1. Aligner, à la verticale, le bassin et les épaules.
2. Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité du corps. **EX**
3. Mettre plus de poids sur la selle que sur les pédales. Régulariser le mouvement des pédales.
4. Augmenter la vitesse de déplacement.
Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité des jambes. **EX**

Variantes

1. Variation de la vitesse: avancer lentement, avancer rapidement.
2. Bras croisés.
3. Les mains sur la tête ou derrière le dos.
4. Déplacement en suivant une ligne au sol.





MONOCYCLE AVANCER EN CERCLE

Description de l'élément technique

Déplacement en cercle vers l'avant en position assise sur le monocycle.

Prérequis

- Avancer en ligne droite.

Explications du mouvement

- À partir de l'élément « Avancer en ligne droite », déplacer latéralement le CDM situé au niveau du bassin, pour créer un déséquilibre en direction du cercle choisi, à droite ou à gauche. **M 1**
- Pendant le déséquilibre, faire pivoter le tronc sur l'axe longitudinal, pour s'orienter dans la même direction que le déséquilibre. **M 2**
- En gardant les bras allongés latéralement, tourner les bras en direction du déplacement du tronc sur l'axe longitudinal. Tirer légèrement vers l'arrière le bras se trouvant du côté intérieur du cercle afin de s'orienter dans la direction du déséquilibre. **M 3**



M 1



M 2



M 3

Éducatif

1. Avancer avec une assistance manuelle. Le pareur est placé à côté du participant et il soutient la main qui se trouve à l'intérieur du cercle.

Assistance manuelle

- Le pareur tient la main du participant en marchant à l'intérieur du cercle. **AM 1**



AM 1

Erreurs communes

1. Le participant effectue un cercle trop grand.
2. Le participant effectue un cercle irrégulier.

Corrections et exercices correctifs

1. Augmenter le déplacement latéral du CDM.
2. Stabiliser le rythme du mouvement des pédales.
Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité du tronc. **EX**

Variantes

1. En petit cercle.
2. En grand cercle.
3. Cercle vers la droite.
4. Cercle vers la gauche.





MONOCYCLE

AVANCER EN FIGURE EN « 8 »

Description de l'élément technique

Déplacement vers l'avant en faisant une figure en « 8 ».

Prérequis

- Avancer en cercle, des deux côtés.

Explications du mouvement

- À partir d'un déplacement vers l'avant en cercle, transférer latéralement le CDM en direction opposée. **M 1**
- Avec les bras allongés latéralement, déplacer l'axe de pivot des bras en direction du cercle, en s'assurant que les bras sont toujours perpendiculaires à la direction du cercle, et conserver la même vitesse de déplacement que celle utilisée en ligne droite. **M 2**



M 1



M 2

Assistance manuelle

- Le pareur tient la main qui se trouve à l'intérieur du cercle. Chaque fois que le participant complète un cercle, le pareur saisit sa main opposée, qui se trouve maintenant à l'intérieur du cercle. **AM 1**



AM 1

Erreurs communes

1. Le participant éprouve de la difficulté à exécuter le deuxième cercle.
2. Le participant fait un déhanchement involontaire.

Corrections et exercices correctifs

1. Continuer en ligne droite avant de s'engager dans le deuxième cercle.
2. Déplacer le CDM dans la direction du déséquilibre.

Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité des abdominaux. **EX**

Variantes

1. Alternance de la direction du premier cercle, gauche ou droite.
2. Variation de la grandeur des cercles.
3. Bras croisés.
4. Les mains sur la tête ou derrière le dos.





MONOCYCLE SURPLACE RÉGULIER

Description de l'élément technique

Équilibre sur place à partir d'un mouvement de demi-cercle du pédalier, vers l'avant et vers l'arrière.

Prérequis

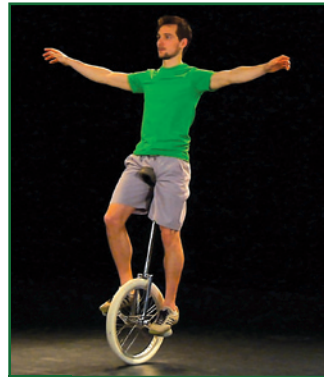
- Avancer en ligne droite.
- Reculer en ligne droite, avec une assistance manuelle.

Explications du mouvement

- À partir de la position assise avec le tronc à la verticale, les bras allongés latéralement, placer les pédales en position verticale.
- Déplacer le CDM vers l'avant en pédalant jusqu'à la position horizontale des pédales. **M 1**
- Ensuite, inverser le processus vers l'arrière jusqu'à la position horizontale. Répéter cette action vers l'avant et vers l'arrière une fois par seconde environ à la manière d'un tic-tac. Déplacer la roue latéralement lorsqu'il y a un déséquilibre latéral. **M 2**



M 1



M 2

Éducatif

1. Faire du surplace avec une main appuyée sur l'espalier.

Assistance manuelle

- Le pareur tient la main du participant de côté, en gardant son bras à la hauteur de l'épaule.



Erreurs communes

1. Le participant manque d'équilibre et tombe de côté.
2. Les déplacements du participant s'effectuent à un rythme irrégulier.
3. Le participant est constamment en déséquilibre.

Corrections et exercices correctifs

1. Augmenter le rythme vers l'avant et vers l'arrière avec les pédales pour faciliter les déplacements latéraux de la roue.
2. Garder le tronc à la verticale.
Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité des jambes. **EX**
3. Augmenter l'amplitude du mouvement des pédales vers l'avant et vers l'arrière.

Variantes

1. Changement de la jambe d'appui.
2. Bras croisés.
3. Sur un rythme musical.





MONOCYCLE

SAUTS SUR PLACE

Description de l'élément technique

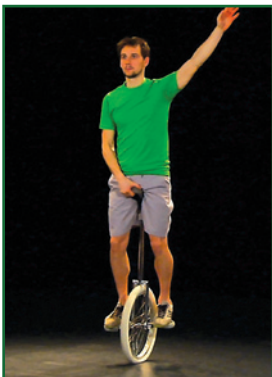
En équilibre sur le monocycle, sauts sur place.

Prérequis

- Avancer en ligne droite.
- Surplace régulier.

Explications du mouvement

- Assis sur le monocycle avec les deux pieds sur les pédales en position horizontale, tenir solidement la selle avec une main et allonger l'autre bras latéralement. Allonger les jambes jusqu'à ce que le bras qui tient la selle soit tendu. **M 1**
- Pousser les jambes à la verticale et synchroniser le rebond avec la réaction du pneu. Déplacer la roue en dessous du CDM pendant les déséquilibres et conserver un rythme approximatif de deux sauts à la seconde. **M 2**



M 1



M 2

Éducatif

1. Faire le saut sur place avec une main appuyée sur un espalier.

Assistance manuelle

- Le pareur tient la main du participant de côté, en gardant son bras à la hauteur de l'épaule.

Erreurs communes

1. Le participant perd l'équilibre.
2. Le participant ne saute pas suffisamment haut.
3. Le participant ne saute pas à la verticale.

Corrections et exercices correctifs

1. Déplacer rapidement la roue en dessous du CDM.
2. Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité des jambes. **EX**
3. Garder le tronc à la verticale et placer les pédales à l'horizontale.

Variantes

1. Sauts sur place et déplacement en cercle vers l'avant, des deux côtés.
2. Surplace avec sauts de côté.
3. Sur un rythme musical.





MONOCYCLE

RECULER EN LIGNE DROITE

Description de l'élément technique

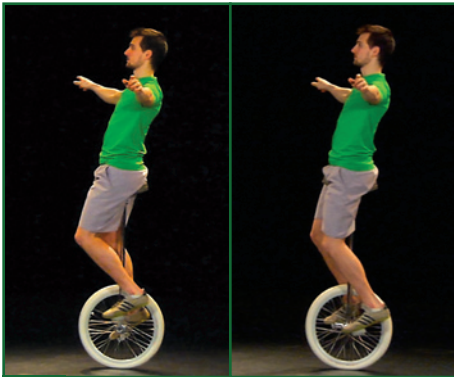
Déplacement arrière en ligne droite en position assise sur le monocycle.

Prérequis

- Avancer en ligne droite.

Explications du mouvement

- À partir de la position assise avec le tronc à la verticale, placer les deux pieds sur les pédales en position horizontale et allonger les bras latéralement.
- En déplaçant le CDM vers l'arrière et en reculant légèrement les épaules, commencer à pédaler vers l'arrière.
- Conserver le CDM légèrement en arrière et pédaler vers l'arrière en recherchant une vitesse constante. **M 1**



M 1

Éducatif

1. Faire la montée et reculer avec une assistance manuelle, en s'appuyant sur le bras du pareur.

Assistance manuelle

- Le pareur tient la selle du monocycle d'une main et le bras du participant de l'autre main.

Erreurs communes

1. Le participant adopte la position carpée durant le déplacement.
2. Le participant a un déhanchement au niveau du bassin.
3. Les déplacements du participant s'effectuent à un rythme irrégulier.
4. Le participant manque d'équilibre.

Corrections et exercices correctifs

1. Avancer le bassin et déplacer les épaules vers l'arrière.
2. Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité des abdominaux. **EX**
3. Augmenter le poids sur la selle.
4. Augmenter légèrement la vitesse de déplacement.

Variantes

1. Variation de la vitesse.
2. Bras croisés.
3. En suivant une ligne au sol.





MONOCYCLE MONTÉE LATÉRALE

Description de l'élément technique

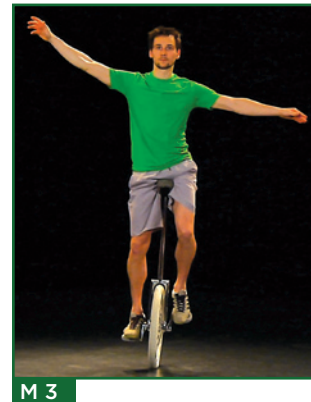
Montée de côté sur le monocycle.

Prérequis

- Surplace régulier.

Explications du mouvement

- À partir de la position debout, derrière le monocycle, le bras allongé latéralement, tenir la selle avec la main gauche et poser le pied droit sur la pédale qui se trouve complètement en bas. **M 1**
- Après avoir incliné le monocycle vers l'extérieur, lancer la jambe gauche vers l'avant en arc de cercle au-dessus de la selle et s'asseoir sur celle-ci. **M 2**
- Libérer la main gauche et faire du surplace. **M 3**



Éducatif

1. Monter en appuyant une main sur un espalier ou sur une barre fixe. **ED 1**



Assistance manuelle

- Le pareur tient la main du participant de côté, en gardant son bras à la hauteur de l'épaule.

Erreurs communes

1. La jambe gauche ne fait pas un arc de cercle complet au-dessus de la selle, ce qui empêche le participant de s'asseoir.
2. Le participant manque constamment d'équilibre.

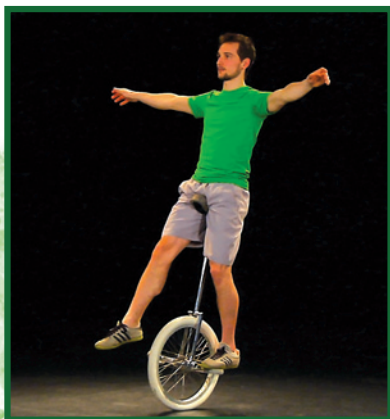
Corrections et exercices correctifs

1. En appui sur la pédale, augmenter l'angle d'inclinaison latérale du monocycle avant de lancer la jambe vers l'avant, en arc de cercle.
2. Garder le tronc à la verticale.
Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité de la ceinture abdominale. **EX**

Variantes

1. Montée latérale du côté gauche et du côté droit.
2. Variation de la vitesse.





MONOCYCLE

SURPLACE SUR UNE JAMBE

Description de l'élément technique

Surplace avec une seule jambe en appui sur le monocycle.

Prérequis

- Surplace régulier.

Explications du mouvement

- Faire du surplace et augmenter légèrement le rythme du mouvement des pédales.
- Garder l'appui sur la jambe dont la pédale est la plus basse et diminuer légèrement le poids du pied de la pédale qui est en haut. **M 1**
- Soulever lentement le pied de la jambe libre chaque fois que la pédale du haut se retrouve vers l'avant. **M 2**
- Enlever complètement le pied de la jambe libre.



M 1



M 2

Éducatif

1. Faire du surplace sur une jambe en appuyant une main sur un espalier.

Assistance manuelle

- Le pareur tient la main du participant de côté, en gardant son bras à la hauteur de l'épaule.

Erreurs communes

1. Le participant manque d'équilibre et tombe de côté.
2. Les déplacements du participant s'effectuent à un rythme irrégulier.

Corrections et exercices correctifs

1. Augmenter le rythme avant/arrière avec les pédales afin de faciliter les déplacements latéraux de la roue.
2. Mettre plus de poids sur la selle pour éviter la perte de rythme en pédalant.
Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité des jambes. **EX**

Variantes

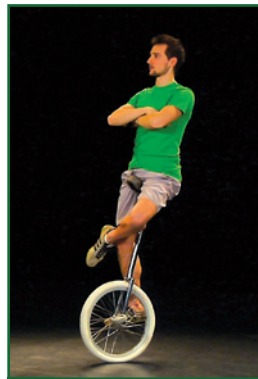
1. Petit ou grand mouvement de surplace.
2. Jambe libre tendue vers l'avant ou vers l'arrière. **V 2**
3. Jambe libre croisée. **V 3**
4. Bras croisés. **V 4**
5. Pivot sur l'axe de 360° au sol. **V 5**



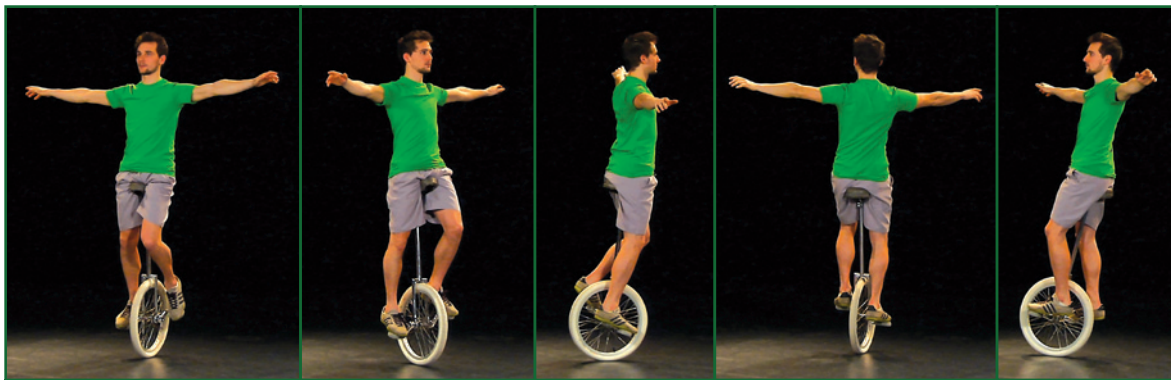
V 2



V 3



V 4



V 5





MONOCYCLE AVANCER EN SLALOM

Description de l'élément technique

Déplacement vers l'avant en slalom.

Prérequis

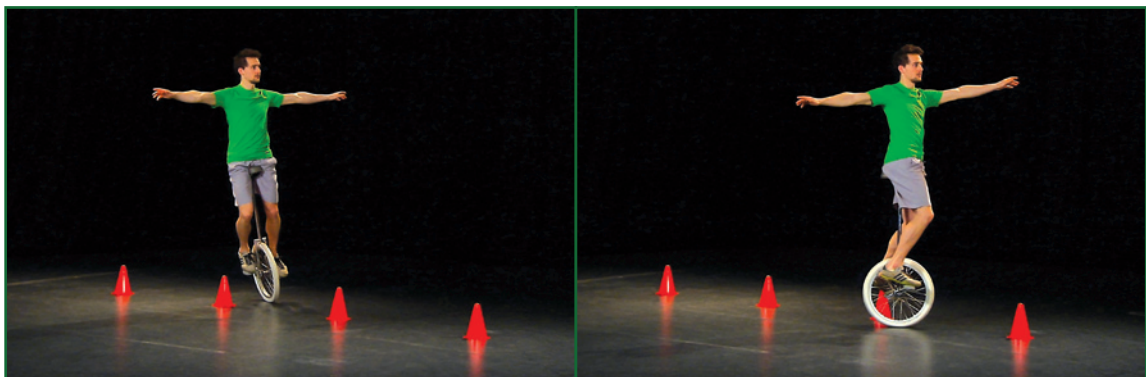
- Avancer en cercle, des deux côtés.

Explications du mouvement

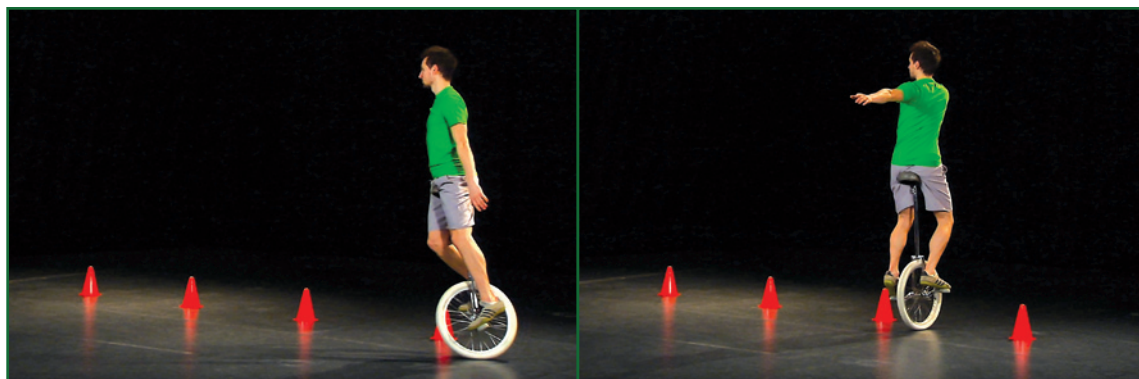
- À partir d'un déplacement vers l'avant en ligne droite, les bras en position latérale, transférer le CDM latéralement afin de réaliser un court virage rapide. **M 1**
- Enchaîner avec un autre virage en direction opposée. **M 2**
- Aligner une série d'obstacles et faire du slalom autour des obstacles. Exécuter plusieurs virages dans des directions opposées, un virage toutes les deux secondes. **M 3**



M 1



M 2



M 3

Éducatif

1. Avancer en cercle des deux côtés, en variant la grandeur du cercle.

Erreurs communes

1. Le participant éprouve de la difficulté à pivoter.
2. Le participant n'arrive pas à enchaîner les virages ou à pivoter en direction opposée.
3. Les hanches du participant bougent constamment.

Corrections et exercices correctifs

1. Garder le tronc à la verticale.
2. Placer les bras latéralement comme levier afin de tourner rapidement en direction opposée.
3. Répéter des exercices permettant l'augmentation de la tonicité des abdominaux. **EX**

Variantes

1. Variation du slalom, petit et grand.
2. Bras croisés.



La *Fondation Cirque du Soleil™* a pour objectif la promotion des arts du cirque comme outil de développement du potentiel créatif, des habiletés sociales et des capacités physiques, notamment auprès de groupes en difficulté et plus particulièrement des jeunes en situation précaire. Elle garantit que les revenus tirés de la diffusion du matériel éducatif du *Cirque du Soleil™* soient réinvestis dans les programmes sociaux et culturels de l'entreprise.

Conçu en collaboration avec l'École nationale de cirque, et traduit en plusieurs langues, *Techniques de base en arts du cirque* vise à initier le public aux arts du cirque. À la fois guide technique et document éducatif, ce document illustre sur plus de 600 pages l'exécution de 177 éléments techniques issus de 17 disciplines de base en arts du cirque. Accompagné d'un support audio-visuel, il propose un contenu riche en expertise et en techniques qui permet de développer un enseignement progressif et adapté dans un contexte sécuritaire.

En collaboration avec



Produit au Canada/Produced in Canada © 2011 Cirque du Soleil
Tous droits réservés/All rights reserved

Cirque du Soleil est une marque détenue par
Cirque du Soleil et employée sous licence.
Cirque du Soleil is a trademark owned by
Cirque du Soleil and used under license.