

## TARIFS

Adhésion obligatoire à la compagnie 15€ (valable de date à date)

### STAGES À LA COMPAGNIE

PLEIN TARIF : 75€  
TARIF RÉDUIT : 70€

Nombre de participants limité à 12.

### STAGES EN GÎTE

TARIF : 190€\* avec 2 nuits en gîte, petits déjeuners inclus

\*Prix hors adhésion

### ABONNEMENT 8 STAGES

735€ pour l'année (hors adhésion)

### HORAIRES

STAGES CIE : samedi 13h30 à 18h30 / dimanche 10h00 à 16h30.

STAGES EN GÎTE : du vendredi 9h30 au dimanche 17h.

\* TARIF RÉDUIT :  
demandeurs d'emploi, étudiants, adhérents à partir du 2ème stage  
et élèves de la marmite à clowns.

### STAGE SUR MESURE

Vous êtes une compagnie professionnelle ou une troupe amateur,  
une école, une entreprise :  
Vous avez envie d'organiser un stage de Théâtre ou un stage de clown,  
prenez contact avec la Cie et nous étudierons ensemble votre demande.

Tous nos stages sont accessibles aux débutants

Inscription auprès de la compagnie  
Fiche d'inscription à télécharger sur le site internet :  
[www.maintesetunefois.com](http://www.maintesetunefois.com)

### CONTACTS

[www.maintesetunefois.fr](http://www.maintesetunefois.fr)

### COMPAGNIE MAINTES ET UNE FOIS

7 rue Courteline  
42100 Saint-Etienne

Tel : 06 18 58 85 82

Mail : [mainteset1fois@gmail.com](mailto:mainteset1fois@gmail.com)



SAISON 2023-24



# STAGES CLOWNS /// ADULTES ///

IPNS / Ne pas jeter sur la voie publique  
Alimentation graphique : LES DIMANCHES MATINS  
Licence : PLATESV-R-2021-011438 (cat.2) et PLATESV-R-2021-011442 (cat.3) / Siret : 449 727 460 000 56 / 9001Z

**21 ET 22 OCT 2023**



À la Compagnie Maintes et une Fois

## DÉCOUVERTE DU CLOWN : CORPS & ÉMOTIONS

"Tout va bien" c'est l'un des mots d'ordre du clown.  
A partir de ce principe, sur deux jours, nous vous inviterons, en douceur, à investir un personnage de Clown. Le début d'une aventure vertigineuse, d'un voyage dans la dérision, d'un passage dans le monde du burlesque et d'un séjour dans la palette de vos émotions.  
Osez le ridicule, l'accident, le bide complet.  
Débutants ou confirmés, accordez-vous du temps pour embarquer le public dans votre bulle de clown !

Intervenant : Gérald Casetto

**11 ET 12 NOV 2023**



À la Compagnie Maintes et une Fois

## DÉCOUVERTE DU CLOWN : RYTHME & SENSATION

Être conscient de son ancrage au sol pour amorcer ses mouvements et se déplacer dans l'espace de manière sincère et non jouée.  
Musiques, sons, ambiances vous accompagneront tout au long de ce stage et donneront le rythme.

Ce stage est l'occasion de se recentrer sur l'écoute de soi et de travailler autour des sensations procurées par l'état de clown.

Intervenant : Marlène Raynaud

**20 ET 21 JANV 2024**



À la Compagnie Maintes et une Fois

## CLOWN ET VOIX

Viens écouter les sons qui peuvent circuler dans ton corps. Prends conscience que la voix de ton clown peut s'exprimer librement avec le grommelot, la voix parlée, la voix chantée, les onomatopées. Ici, ton clown s'invite à prendre la parole, à être en lien avec le public et ses partenaires de jeu.

Intervenant : Irène Chauve

**10 ET 11 FEV 2024**



À la Compagnie Maintes et une Fois

## CLOWN ET ACCESSOIRES

Comment un clown aborde un accessoire ? Sans à priori et sans jugement, il va se laisser emporter et l'objet va l'emmener dans des aventures insoupçonnées... Peut-on se battre contre un arrosoir ? Tomber amoureux d'une chaussure ? Dans ce stage, oui !

Intervenant : Gérald Casetto

**1 OU 2 SAMEDIS / MOIS - TOUTE L'ANNÉE**

(sauf pendant les vacances scolaires)

De 9h30 à 12h30, à la Compagnie Maintes et une Fois

**LA MARMITE À CLOWNS - ATELIER CLOWN ADULTES**

**9 ET 10 MARS 2024**



À la Compagnie Maintes et une Fois

## CLOWN ET ACROBATIE

Chaque clown a pour hôte une enveloppe corporelle douée de mobilité, de fluides et d'un système respiratoire. Mais il n'est pas toujours évident d'en être complètement maître quand on se retrouve la tête en bas ou que l'on n'a plus les pieds sur terre ...  
Ce stage sera l'occasion de se découvrir en finesse de l'intérieur et de commencer à se sentir de la famille des acrobates !  
Explorations solos, mises en situation acrobatique, acrobaties collectives, bref, tout un programme sur le chemin du corps mobile et de la confiance en soi et au(x) partenaire(s) de jeu !

Intervenant : Ludovic Maréchet & Sophie Bulle Texier

**13 ET 14 AVRIL 2024**



à la Compagnie Maintes et une Fois

## ÉCRITURE CLOWNESQUE & TEMPS PUBLIC

Ton clown s'accorde comme un instrument de musique. Il fait ses gammes corporelles et émotionnelles. Quelle est sa relation au public ? Quelle est sa temporalité ? Quelle est son écriture ?

Deux jours de voyage pour ressentir la rythmique de ton clown face aux autres.

Intervenant : Gérald Casetto

**18, 19 ET 20 MAI 2024**



Stage 3 jours en gîte "la gelée" à Marlihes

## CLOWN, INTERVENANT SOCIAL

Le clown est un art de vivre et son but est d'aller à la rencontre de Soi et de l'Autre.

Développer sa technique d'acteur-clown dans un contexte culturel, social et artistique. Ensemble, nous pourrions enrichir et faire grandir nos "méthodes" d'expériences créatives, poétiques et burlesques. Ce stage sera un laboratoire menant à l'empathie, bousculant nos certitudes et transgressant nos interdits.

Vos clowns auront l'occasion de sortir dans l'espace public au cours du weekend.

Intervenant : Marlène Raynaud

**28, 29 ET 30 JUIN 2024**



Stage 3 jours en gîte "la gelée" à Marlihes

## CLOWN ET NATURE : LAND'ART EN FORÊT

La nature comme espace de jeu clownesque...  
Immergez-vous en pleine forêt et commençons cette aventure par redécouvrir nos 5 sens : la vue, l'odorat, l'ouïe, le goût et le toucher. Cherchez un « site-inspirant » afin de le transformer, à la manière d'un Land'Art, en un théâtre de verdure, puis en convoquant votre clown, vous créer une forme artistique !

Intervenant : Marlène Raynaud

Visiteurs possibles sur réservation

Début des cours le samedi 23 septembre 2023.  
Débutants acceptés.  
270 € pour l'année + 15 € d'adhésion  
A la carte 25 € la séance.

Intervenant : Marlène Raynaud et Gérald Casetto

