

FICHE D'INSCRIPTION – MODALITÉS À CONSERVER –

Le Plongeoir, Pôle national Cirque Le Mans, propose des créneaux d'entraînement libre non encadrés destinés aux artistes de cirque, professionnels ou en formation. L'entraînement se déroule dans la grande salle de La Cité du Cirque : c'est un espace d'enseignements et de pratiques partagé avec différents publics.

ORGANISATION

L'entraînement libre se déroule de septembre à juillet, du lundi au vendredi, avec des horaires qui diffèrent selon la période (scolaire ou vacances). Ces horaires sont susceptibles de modification : les personnes inscrites sont alors informées des changements par e-mail.

Les espaces disponibles varient selon les activités d'enseignements qui ont lieu dans la grande salle : en cas de doute sur la disponibilité d'un espace, adressez-vous à une personne de l'équipe du pôle des Enseignements et pratiques du Plongeoir.

Horaires 2024-2025	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Période scolaire	9h30 à 13h45	11h30 à 13h30	/	11h30 à 13h	9h30 à 18h15
Période de vacances*	12h à 14h	12h à 14h	12h à 14h	12h à 14h	9h30 à 17h30

Il est toléré de s'échauffer et de s'étirer en-dehors des tapis un peu avant et un peu après les créneaux horaires indiqués.

* Vacances scolaires (zone B) :

- 20 octobre au 3 novembre 2024
- 22 décembre 2025 au 5 janvier 2025
- 9 au 23 février 2025
- 6 au 21 avril 2025

Pas d'entraînement libre aux dates suivantes :

- les jours fériés (1^{er} novembre, 11 novembre, 25 décembre, 1^{er} janvier, 1^{er} avril, 1^{er} mai, 8 mai, 29 mai, 9 juin)
- les 5 et 6 septembre, le 2 novembre 2024 (fermeture exceptionnelle)
- du 25 décembre 2024 au 1^{er} janvier 2025 (fermeture hivernale)
- du 19 au 29 juin 2025 inclus (festival Le Mans fait son cirque)
- août 2025 (fermeture estivale)

Contacts

Organisation

Géraldine Boy, responsable du pôle Enseignements et pratiques
geraldine.boy@leplongeoir-cirque.fr

Technique et accroches

Cédric Brodeur, régisseur plateau et accroches
technique@leplongeoir-cirque.fr

Modalités d'inscription

L'inscription est annuelle et valable pour une saison, de septembre 2024 à juillet 2025 (pas d'inscription au mois ou à la semaine).

Tarif annuel : 30 € (licence fédérale annuelle + frais de dossier)

Pour s'inscrire :

1. compléter et signer la fiche d'inscription ci-jointe
2. régler les frais d'inscription annuelle de 30 €
3. participer à l'entretien préalable obligatoire avec Géraldine Boy et/ou Cédric Brodeur.

La licence de la Fédération française des écoles de cirque est individuelle, obligatoire et inclut une assurance couvrant la personne durant l'entraînement. Un tableau descriptif des garanties est affiché au Plongeoir. La licence couvre aussi pour toute autre activité d'enseignement dans l'année (stage week-end...).

Moyens de paiement acceptés : carte bancaire, espèces, chèques (à l'ordre de : régie de recettes du Plongeoir – Cité du Cirque), chèques vacances (ANCV), coupons sport (ANCV), bons temps libre (CAF). Facture éditée sur demande.

Règlement intérieur du Plongeoir, Pôle national Cirque Le Mans

Merci de bien vouloir respecter les points suivants pour le bon déroulement de l'entraînement.

- Pour la sécurité de tous et toutes, seules les personnes inscrites et licenciées sont autorisées à entrer dans la salle d'entraînement.
- L'émergement est obligatoire à l'arrivée et au départ, auprès du bureau d'accueil à La Cité du Cirque.
- L'accès à la salle d'entraînement s'effectue obligatoirement par le couloir.
- Il est interdit de se changer dans les gradins. Des vestiaires non mixtes sont à disposition (accès dans le couloir). Merci de veiller à leur propreté et de ne pas y laisser d'effets personnels.
- L'entraînement torse nu n'est pas toléré.
- Chaque personne inscrite doit apporter son matériel personnel. L'utilisation d'agrès ou de matériel du Plongeoir doit faire l'objet d'une demande préalable et d'une autorisation spéciale.
- Les tapis et les matelas utilisés doivent être systématiquement rangés et replacés pour ne pas encombrer les espaces de cours. Aucun gros matelas ne doit rester sur les pistes en fin de journée.
- La diffusion de musique est autorisée dans les créneaux définis, à condition d'apporter, d'utiliser son propre matériel et de respecter un niveau sonore modéré.

Avantages licenciés

Sur présentation de votre carte de licence de la Fédération française des écoles de cirque, des avantages vous sont réservés.

- Tarif préférentiel à 10 € sur les spectacles du Plongeoir (saison 2024-2025 et festival Le Mans fait son Cirque)
- 10 % de réduction à La Boîte à Jeux, 20 rue Nationale au Mans (valable sur tout le magasin et sur le matériel de cirque)

Permanence de soin ostéo

En association avec Anne-Sophie Mathé, ostéopathe-kinésithérapeute membre du réseau Cirk'Osteo, Le Plongeoir propose des permanences ponctuelles de soin ostéopathique à destination des artistes de cirque professionnels.

La permanence a lieu à La Cité du Cirque.

Les dates 2024-2025 :

- 15 novembre 2024 de 14h à 19h
- 6 décembre 2024 de 14h à 19h

Les dates des permanences de janvier à juin 2025 seront disponibles mi-décembre 2024.

Tarif de la consultation : 20 € (chèque ou espèces uniquement, paiement sur place)

Prise de rendez-vous par téléphone auprès du Plongeoir au 02 43 47 45 54.

Réservé à l'administration

RGLMT : CB : Chèque : Espèces : Bons CAF Autres :

– FICHE ADMINISTRATIVE –

Date de la demande :/...../.....

Contact

Nom : Prénom :

Compagnie ou établissement de formation :

Date de naissance : Âge au 1/09/2024 : Genre : féminin masculin neutre

Adresse :

Code postal - Ville :

Téléphone 1 : Téléphone 2 :

E-mail* :

** En renseignant votre adresse e-mail, vous consentez à recevoir les informations ponctuelles du Plongeur sur l'organisation de l'entraînement libre et sur la vie de l'établissement. Cette adresse e-mail est utilisée exclusivement par Le Plongeur à ces fins et n'est pas communiquée à des tiers. Vous pouvez à tout moment mettre fin à la réception de ces e-mails en utilisant le lien intégré dans l'e-mail.*

Projet d'entraînement

Catégorie : amateur confirmé en formation professionnel

Discipline(s) : acrobatie aérien équilibre jeu jonglage monocycle autre :

Objet de l'entraînement (recherche, perfectionnement, projet artistique...) :

.....
.....
.....

Indications médicales

Souffrez-vous d'asthme : oui non ; de diabète : oui non ; d'épilepsie : oui non ;

d'autres pathologies :

Avez-vous des antécédents médicaux (interventions chirurgicales, accidents, fractures, trauma, lésions musculaires) :

.....
.....

Personne à contacter en cas d'urgence

Nom : Prénom :

Téléphone 1 :

Engagement

En vous inscrivant à l'entraînement libre au Plongeur,

vous vous engagez à respecter le règlement, les lieux et le matériel mis à disposition. Vous serez tenue et tenu responsable en cas de détérioration volontaire du matériel. Votre licence vous couvre en cas d'accident corporel ou d'endommagement involontaire ;

vous vous engagez à respecter l'espace spécifique d'entraînement qui vous sera attribué ;

vous vous engagez à respecter strictement le protocole sanitaire qui serait en vigueur.

Fait à le Signature (précédée de la mention « Lu et approuvé ») :