

FORUM-RECHERCHE #2

Trajectoires de corps : la carrière de l'artiste de cirque

Rencontre professionnelle et médiation scientifique
animée par Gwénola David, Directrice générale d'ARTCENA –
centre national des arts du cirque, de la rue et du théâtre
12 et 13 novembre 2026
Au Plongeur, Pôle national Cirque Le Mans

Le forum-recherche #2 est consacré au second âge du corps de l'artiste de cirque. Il s'intéressera aux enjeux de sa préparation et de sa récupération dans l'exercice d'une activité artistique et physique traversée par des temporalités de travail variables : des périodes d'intensité comme de creux, des blessures et des ruptures d'activité.

Il est co-organisé par Le Plongeur, Le Mans Université et l'Université d'Angers en partenariat avec ARTCENA – centre national des arts du cirque, de la rue et du théâtre. Il s'inscrit dans le cadre du projet Trajectoires de corps, au sein du programme POPAct – Prévention Optimiste et Active, bénéficiaire du label « Science avec et pour la société » du ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche (2024-2027).
Projet soutenu par le ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche.

Jeudi 12 novembre 2026

Accueil à partir de 13h30, Salle Henri Barbin
31 boulevard Jean-Jacques Rousseau, Le Mans

13h45 : Ouverture

Discours inauguraux

14h-14h45 : Conférence introductive

« L'expérience de Paris 2024 au service des artistes circassiens » par Laurent Bosquet, Professeur des universités, Université de Poitiers, Laboratoire MOVE [MObilité, Vieillesse et Exercice], Faculté des Sciences du Sport.

14h45-15h15 : Les contextes de travail de l'artiste de cirque

« Présentation des différents contextes d'activités physiques liées au métier d'artiste de cirque sur scène et hors scène » par Lucie Bonnet, enseignante-chercheuse en Arts du spectacle, Université de Lille ; Anne-Sophie Dupont-Mathé et Camille Renaud, ostéopathes de l'association CIRK'ostéo.

15h30-18h : Temps scientifique #1

Les principes de la préparation et de la récupération physique à l'épreuve du cirque

Comment prendre soin de son corps lorsqu'il est à la fois l'outil de travail, le média artistique et le support de la performance ? Préparation physique, étirements, sommeil, nutrition-hydratation : les pratiques de préparation et de récupération sont multiples. Entre connaissances scientifiques et expériences de terrain, un croisement des regards pour mieux comprendre comment les artistes préparent, préservent et accompagnent leurs corps au fil de leurs activités.

→ Regards de la recherche sur le corps circassien

« La récupération ne commence pas après l'entraînement » par Alexandra Landry, professeure d'EPS, Le Mans Université, Laboratoire MIP [Motricité, Interactions Performance], Département STAPS.

« Quand et comment s'étirer ? » par Sébastien Boyas, Maître de Conférences, Le Mans Université, Laboratoire MIP [Motricité, Interactions Performance], Département STAPS.

« Dormir, c'est aussi s'entraîner » par Tristan Martin, Maître de Conférences, Le Mans Université, Laboratoire MIP [Motricité, Interactions Performance], Département STAPS.

« Nutrition, Hydratation, Récupération » par Willy Mangin, diététicien-nutritionniste et Expert en Arts Martiaux Santé, Société Française de Nutrition du Sport.

→ Regards des grands témoins

Antonin Bailles et Isaiah Van Eetvelde, artistes de cirque (projet Trajectoires de Corps);
Inbal Ben Haïm et Isaure Jacques, artistes de cirque (Collectif Maison courbe).

Vendredi 13 novembre 2026

Accueil à partir de 9h, Cité du Cirque,
6 Bd Winston Churchill, Le Mans

9h30-10h15 : Introduction pratique

Réveil du corps - Atelier pratique

Quand le cœur fait son cirque, le souffle l'apaise - Sensibilisation à la cohérence cardiaque

« Faire l'expérience d'une préparation physique générale pour interroger ensemble la mise au réveil des corps mis en perspective avec l'écoute, le suivi et la maîtrise de sa fréquence cardiaque » par Jean-Baptiste André, artiste de cirque (projet Trajectoires de Corps) ; Nathalie Casse, Professeur des Universités et Mostefa Fodil, Maître de Conférences, Le Mans Université, Laboratoire BiOSSE [Biologie des Organismes, Stress, Santé], Département de Biologie.

10h30-12h30 : Temps scientifique #2

Les soins du corps et de l'esprit pour l'artiste de cirque

Que signifie prendre soin de soi lorsque l'engagement physique et mental est au cœur du métier d'artiste de cirque ? Préparation mentale, attention portée aux signaux du corps, accompagnement de la blessure et adaptation : autant de dimensions qui peuvent contribuer à la longévité et au bien-être des artistes. Une exploration des liens entre corps et esprit pour accompagner les parcours d'artistes.

→ *Regards de la recherche sur le corps circassien*

« Le mental ça se travaille : entre idées reçues et preuves scientifiques, les enjeux de la préparation mentale pour le bien-être et la performance » par Valentin Roux, Maître de Conférences, Nantes Université, Laboratoire MIP [Motricité, Interactions, Performance], UFR STAPS.

→ *Regards des grands témoins*

Tatiana-Mosio Bongonga, artiste de cirque (compagnie Basinga) ; Inbal Ben Haïm et Isaure Jacques, artistes de cirque ; Lucie Bonnet enseignante chercheuse en Arts du spectacle, Université de Lille (Collectif Maison courbe).

Repas (payant sur réservation)

13h45-15h45 : Temps scientifique #3

Les spécificités de la carrière des femmes artistes de cirque

Maternité, cycles menstruels, injonctions sociétales : comment ces dimensions influencent-elles les parcours, les pratiques et les choix professionnels des femmes artistes de cirque ?

Une réflexion sur les réalités biologiques et sociales vécues par les circassiennes tout au long de leur parcours professionnel et sur les transformations nécessaires du secteur pour mieux reconnaître, accompagner et valoriser ces réalités.

→ *Regards de la recherche sur le corps circassien*

« Concilier maternité et activité physique et sportive : entre obstacles, transformations et adaptations » par Angéline Etienne, Maîtresse de Conférences, Le Mans université, Laboratoire ESO [Espaces et SOciétés], Département STAPS.

« Corps cyclique, corps en scène : le cycle menstruel sous le prisme de la performance » par Manon Dauvergne, Masseur-Kinésithérapeute du Sport, Doctorante, Le Mans Université, Laboratoire MIP [Motricité, Interactions, Performance], Université de La Réunion, Laboratoire IRISSE [Ingénierie de la Santé, du Sport et de l'Environnement], UFR Sciences de l'Homme et de l'Environnement.

→ *Regards des grands témoins*

Tatiana-Mosio Bongonga, artiste de cirque (compagnie Basinga) ; Constanza Sommi, artiste de cirque (collectif A sens unique) ; Florence Bernard, artiste de cirque (Groupe Noces) et Pauline Dau, artiste de cirque.

16h-17h : présentation artistique

→ Dans le cadre du projet *Extraordinaires Fissures*

Maquette d'une pièce de cirque dans le cadre d'une résidence du Collectif Maison Courbe accueillie au Plongeoir (Inbal Ben Haïm et Isaure Jacques, artistes de cirque, Lucie Bonnet enseignante chercheuse en Arts du spectacle, Université de Lille). La création mêle récit autobiographique et corde lisse en retraçant le chemin cabossé d'une artiste marquée par la blessure.

Traces et ressources

Le forum-recherche fait l'objet d'une captation sonore qui donnera lieu à une série podcast consultable sur les sites documentaires d'ARTCENA - Centre national des arts du cirque, de la rue et du théâtre et du CNAC - Centre National des Arts du Cirque de Châlons-en-Champagne, partenaires du projet Trajectoires de corps. ARTCENA propose une sélection documentaire liée à la thématique du corps de l'artiste de cirque <https://documentation.artcena.fr/accueil-portal.aspx>

