

Stage avec Hélène Risterucci



« Le fourbe sincère »

10 et 11 octobre 2026
de 10 h à 17 h

Tarif : 195€ ou 170€* TTC

**Tarif AFDAS: 262€
+ 10€ de frais d'inscription à votre charge**

** tarif réduit pour les personnes résidant à Bagnolet ou second stage au cours de la saison*

Public concerné

Professionnels et amateurs désirant découvrir le clown.

Prérequis pour participer

Idéalement une expérience de la scène peut être un plus (théâtre, danse, mime, cirque...).

Objectifs

- Expérimenter l'ici et maintenant
- Arriver à lâcher prise
- Sentir ce que l'on joue et jouer ce que l'on sent
- Faire sérieusement des choses pas sérieuses

Découvrir les techniques du jeu burlesque et clownesque.

Trouver son vocabulaire clownesque, à travers des jeux et des exercices d'improvisation.

Acquérir une boîte à outils pour improvisation avec son corps, sa voix et ses mots.

Présentation et contenu

Présentation

Faire le clown ou être clown? Pendant ce stage nous explorerons différentes techniques de jeu burlesque et clownesque. A partir d'exercices ludiques, d'improvisation, et d'explorations physiques nous essayerons de comprendre pourquoi ça se marre, ou pas, et trouver la justesse et la sincérité dans la bêtise folle du clown.

Accueillir, laisser émerger, faire confiance à nos instincts et à notre bêtise. Etre plus viscéral que mental.

Contenu

Chaque séance commencera par un échauffement physique/ travail gestuel : prendre conscience de son corps, de l'espace et des autres.

Des jeux collectifs pour retrouver la notion de joueur et de plaisir, puis peu à peu laisser place à la chauffe du clown.

Nous nous amuserons à changer nos corps et nos démarches pour voir comment cela change le moteur de notre jeu et nos émotions.

Nous mettrons en place toute une série d'outils pour apprendre à jouer en duo, en trio et travailler sur l'écoute de soi, du partenaire, et du public .

Ensuite nous nous lancerons dans des jeux d'improvisation (un cadre précis avec beaucoup de liberté à l'intérieur), et nous nous entraînerons à « lâcher prise » et suivre nos élans pour explorer les méandres tentaculaires du clown.

Aspect technique

Prévoir une tenue souple et un nez avec élastique.

Biographie

Hélène Risterucci

Après un cursus universitaire à la Sorbonne Nouvelle, en Art du Spectacle, elle se forme au Théâtre du Samovar (pédagogie Jacques Lecoq). Elle se concentre ensuite sur le travail du clown avec notamment Catherine Germain, Cédric Paga, Gabriel Chamé, Hervé Langlois, François Cervantes, Michel Dallaire et Éric Blouet.

Co-fondatrice de la cie Canon qui explore à travers ses spectacles l'univers de la femme/clown et ses débordements ("Kabaret Prozak" mise en scène Philippe Martz, "Amuse-Gueule" mise en scène Hélène Gustin, "Les Glotte-Trottoirs", "Serial Tulleuses" collaboration artistique Alain Gautré).

Elle travaille aussi avec la cie Adada dans le spectacle de Rue "Epopée", avec la cie Obrigado, avec qui elle crée 3 comédies burlesques jeune public, et tourne 4 ans dans le spectacle "Coeurs Croisés" avec la cie DCA (Philippe Decouflé) en tant qu'artiste burlesque sur patin à roulettes.

En 2016 elle rejoint la cie Numéro 8, et joue dans "Garden Party", et les différentes performances de la compagnie ("Monstre(s) d'Humanité Reboot ", " Ah Ah Ah "...) En 2024 le spectacle "Golem " , voit le jour, une performance, semi-déambulatoire, semi-improvisée, semi-écrite.

Elle crée le solo clownesque " Rien sans Mâle " qu'elle joue à Avignon en 2023, et joue en duo avec Olivier Blond le spectacle "MurMur " .

En 2021 elle intègre la Cie des Ames Singes, et joue les spectacles "Conquête des Neiges " , " Vue d'en haut " , " Les Recyclés " et " C'est pas du boulot " .

En février 2024 sort le spectacle " Miranda Circus " , de Susanna Martini dans le cadre du festival de la jeune création: Traits d'union à Ivry Sur scène, elle interprète le rôle de Roberta.

Elle tourne en Corse pour Stella Production "Ghjuvà est mort !" un film de Gérome Bouda et pour Corsesca Services "La vitesse de l'amour", réalisé par Pierre Dieulafait. Elle tourne aussi avec les Films du Chat d'Oz, dans "Les rêves du plongeur", court métrage réalisé par Olivier Poisson.

Elle prête sa voix pour le doublage du personnage d'Adrienne dans la websérie "Poubelles, la vie", produit par les Tontons Filmeurs.

En 2025 elle joue dans l'épisode "A bout de souffle" de la série "L'enquête de ma vie", sur canal, de Bélangère Weiss et Benjamin Malherbe

Contactez- nous

Téléphone

01 43 60 91 04

Email

formations.lesamovar@gmail.com

Site Internet

www.lesamovar.net

Adresse

165 Av. Pasteur, 93170 Bagnolet

LE
SAMO
VAR

