

# CAPOEIRA LEGAL DOS ALPES

Nom	Chardon
Prénom	Gérard
Adresse	Chemin de Somberbondes 3973 Venthône
Téléphone	027 455 27 57
Mobile	079 544 42 70
E-mail	<a href="mailto:capoeiradosalpes@bluewin.ch">capoeiradosalpes@bluewin.ch</a>
Site internet	<a href="http://www.capoeiradosalpes.ch">http://www.capoeiradosalpes.ch</a>
Catégorie	Sociétés locales
Sous-catégorie	Sport

## La Capoeira, un jeu, une danse

L'aire de jeu est un espace circulaire à l'intérieur duquel le capoeiriste établit un dialogue corporel avec son partenaire. On lutte en dansant, on improvise des figures, on utilise toutes les astuces pour conduire le jeu à sa guise. Autour de l'aire de jeu, des danseurs forment la "RODA" en attendant de rentrer dans le cercle. Ils rythment le jeu par leurs instruments et par leurs chants. La qualité du rythme et des chants transcende les acteurs dont la cadence évolue constamment. Être au centre, c'est être totalement présent, l'esprit libre c'est être seul dans un exercice qui doit être rapide et fluide en même temps. Le principe du jeu, c'est de ne pas toucher son adversaire et d'arrêter le mouvement à temps. Le contrôle que les acteurs gardent sur leur geste limite la violence, la beauté du jeu est concrétisée par le respect que l'on a pour l'autre. On termine le jeu en se serrant la main, il n'y a pas de vainqueur.

**Cours** : Mardi et Jeudi soir de 18h30 à 20h00 à la salle de gymnastique de Venthône.