Le coin des enfants

«J'aimerais faire prof de capoeira et architecte»

*Faire une roue parfaite ou un grand écart? C'est facile, pour **Loris Ançay**. Agé de 9 ans, ce passionné de capoeira prend des cours depuis trois ans à l'école Arte Da Terra, à Lausanne.*

***Texte:** Véronique Kipfer* ***Photos:** Laurent de Senarclens*

«La première fois que j'ai vu de la capoeira, c'était à la plage. Il y avait des gens qui en faisaient juste à côté de nous, sur l'herbe, et j'ai trouvé ça très beau. On ne savait pas ce que c'était, et quelqu'un nous a expliqué. Alors j'ai tout de suite voulu en faire! Maintenant, ça fait trois ans que je suis des cours avec Baianinho Do Mangue et Saìra à l'école Arte Da Terra, à Chailly-Lausanne. J'aime surtout faire les combats, et puis aussi les exercices d'assouplissement et la musique d'accompagnement. L'autre jour, on a construit notre propre berimbau, c'est un long bâton, avec une corde et une calebasse qui est attachée en bas. On tape dessus pour faire des rythmes, en secouant un pot avec des graines dedans.

A la maison, j'aime bien regarder des nouvelles figures de capoeira sur Youtube et après, je m'exerce jusqu'à ce que j'arrive. J'aimerais bien réussir à faire bientôt des flic-flac. Plus tard, je rêve de faire prof de capoeira, et aussi architecte.» MM

Fiche pratique

Capoeira

Age conseillé: l'école Arte Da Terra accueille les enfants dès 4 ans. Au début, les cours se basent sur une approche ludique de la capoeira.

Tarifs: dès 4 ans (Piccolinos, 35 min) et jusqu'à 7 ans (Minis, 40 min): 150 fr. par trimestre, dès 8 ans (Enfants): 170 fr./trimestre.

Equipement: pantalon fluide, t-shirt, corde (achat: 80 fr. en tout). Les capoeiristas évoluent pieds nus.

Bienfaits: à la fois sport et danse, la capoeira apprend aux enfants le sens du rythme, la fluidité et la coordination des mouvements, mais aussi l'agilité et l'équilibre.

Contre-indications: aucune.

Informations: www.artedaterra.ch, il existe de nombreuses écoles dans tous les cantons.

La couleur de la corde du capoeirista montre sa graduation. Elle est attachée à l'aide d'un nœud appelé «Boca De Lobo» (Bouche du Loup).

De nombreuses figures s'inspirent des mouvements des animaux et s'intitulent poétiquement «le colibri», «la queue de la raie», etc.