

La compagnie *L'ours à pied* présente

# Baraqué

CONCERT & SPORT



« Les artistes et les sportifs se ressemblent.  
Ils partagent la rigueur de l'apprentissage, la répétition infinie du geste  
et ce besoin intarissable de transcendance. »

Diffusion - Marie Couillard - 06 80 40 73 33  
[loursapied@gmail.com](mailto:loursapied@gmail.com)

[facebook /Baraqué](#)  
[chaine youtube / Baraqué, fitness&live music](#)  
[www.lorangefluo.fr/baraque-fitness-and-live-music/](http://www.lorangefluo.fr/baraque-fitness-and-live-music/)  
licences 2-1104794 / 3-1104795

# 01. LE SPECTACLE



Direction artistique, batterie – **Maxence Dousot**  
Fitness – **Laure Rousseau**  
Guitare et clavier – **Delbi**  
Basse – **Pierre George**  
Claviers – **Marc Bour**  
Regard extérieur – **Sylvain Huc**  
Créateur lumière – **Fethi Tounsi**  
Ingénieur du son – **Yannick Delaleu**

L'idée est de réunir sur scène quatre musiciens et une coach de fitness afin de proposer une nouvelle forme de spectacle participatif : un bal de sport. Autour d'une musique délicieusement funky et avec pour objectif de faire bouger le public venu en short et en baskets, *Baraqué* développe les abdo-fessiers mais interroge surtout le culte du corps et la notion d'effort tellement valorisée dans nos sociétés. L'effort reconnu comme mal nécessaire à toute création, comme souffrance préalable à tout épanouissement, à tout progrès mais qui balade avec lui ce désir permanent de récompense.

Jusqu'où peut nous mener ces efforts et cette attente ?

Les sportifs ne parlent-ils pas régulièrement de s'arracher, de se déchirer ?

Le fitness, sport citadin par excellence, aide des gens qui vivent dans un rythme effréné à débrancher et à relâcher la pression en poussant et en accélérant encore la cadence et le niveau d'effort requis.

Ce masochisme éclairé mérite un éclairage.

**Durée 1h / 550 Kcal**

**Tout public à partir de 10 ans**

**Jauge illimitée, espace non gradiné**

**(Vestiaire à prévoir pour le public)**

*Production : Le Terrier productions et l'Orange fluo*  
*Spectacle créé avec le soutien de la DRAC Occitanie*

—

Equipe en tournée / 7 à 8 personnes

Horaires de jeu / A partir de 17h / 2 séances possibles par jour (minimum 1h30 de pause entre deux représentations)

Espace de jeu / Plateau minimum 4x5m

Hébergement / 2 chambres simples, 3 doubles

## 02. AUTOUR DU SPECTACLE

////////////////////////////////////  
/

En amont de son bal de sport, *Baraqué* propose des séances de sensibilisation pilotées par Laure, la coach de fitness et Maxence, batteur et initiateur du projet. Ces rencontres préalables sont à la fois l'occasion de réveiller des muscles souvent oubliés et d'exposer le processus créatif qui nous a animé, Qui sommes-nous ? D'où parlons-nous ? Pourquoi ce frottement entre sport et musique ? Quels sont les points communs ? Où avons-nous rencontré des difficultés ? Après cette introduction suivie d'un échauffement collectif tout en douceur, la terminologie incontournable du fitness est abordée sous la forme d'un lexique en mouvement. Jumping jack, step touch et autres talon-fesses sont analysés, éprouvés et inscrits directement dans les corps. La lumière est mise ensuite sur un exercice précis du spectacle afin de transmettre toujours plus de repères pour le jour de la représentation. Vient ensuite une parenthèse pédagogique autour du rythme et de la notion de cycles, de tempo et d'organisation de la mesure. (outils communs aux deux disciplines) Des paires de baguettes sont alors distribuées à l'ensemble des participants et tout le monde se remet en mouvement, baguettes à la main, pour un dernier exercice mêlant fitness et percussions. La séance se conclue par un retour au calme à travers une série d'étirements. C'est le moment propice pour échanger sur les sensations de chacun et répondre aux questions diverses.

/ Durée 1 h / A partir de 10 ans /

## 03. L'EQUIPE

////////////////////////////////////  
/

▲ **Maxence Doussot** – batterie, *initiateur du projet*

Originaire du nord de la France, Maxence Doussot entame son cheminement artistique dès l'adolescence devant un poster de Mickaël Jordan.

Très vite, Il s'intéresse à la musique et tombe sous le charme de la batterie en regardant le Paris-Dakar avec son père.

Il aime aussi le sport.

Il admire le jeu de jambes de Kurt Cobain, adore la frappe de balle de Jean-Michel Jarre et jubile l'année où Steevie Wonder remporte son premier Roland-Garros.

En 1998 et le bac en poche, Il intègre l'Institut des arts rythmiques de Paris, une manière de se perfectionner et de côtoyer de véritables athlètes de haut niveau.

En parallèle, il écume la quasi totalité des dancefloors belges en accompagnant aux percussions son frère disc jockey.

Il y apprend l'endurance et la régularité, y développe un toucher à la Mike Tyson et devient

petit à petit une véritable machine à faire danser les gens.

Les saisons passent, Il s'applique à l'entraînement, commence à gagner des matchs et devient musicien professionnel en 2004.

Il soulève dès 2007 la coupe de la ligue avec *Les Mauvaises Langues*, son club formateur. Il traverse ensuite l'Atlantique à la nage avec *Delbi*, participe au tour de France avec *Tony Melvil* et augmente encore sa prescription d'adrénaline grâce aux soigneurs belges d'*Hong Kong Dong*.

Avec aujourd'hui plus de 400 matchs officiels au compteur, plusieurs tournées à l'étranger (Europe, Brésil, Chine) et une dizaine d'albums studio, il rêve de réunir ses deux passions dans une même création et répète à qui veut l'entendre que le sport aussi adoucit les mœurs.

### ▲ **Delbi** – guitare et clavier

Musicien touche-à-tout pour les uns (*Tony Melvil*, *Icibalao*, *Ukuléléboboy*s), ingénieur du son pour les autres (*Saso*, *Presque oui*, *Ivory Lake*, *Tony Melvil*...), amateur de défis incroyables, amoureux transi de la montagne mais néanmoins de nature sociable, *Delbi* est un artiste complet, sensible et curieux qui balade son blues-rock-electro-folk aux quatre coins de l'hexagone.

### ▲ **Marc Bour** – claviers

Markito est claviériste de naissance.

Très vite, il embrasse la carrière de compositeur.

En parallèle, il développe une activité scénique luxuriante et jouera au fil des ans dans une vingtaine de formations dont *Costa Gravos* et *DLGZ* pour ne citer qu'eux.

Il gagne le prix « FIP » de composition Radio-France Nouveauson en 2014, rafle l'année suivante la 3<sup>ème</sup> place au concours américain de composition « 8Dio » parmi plus de 1200 compositeurs et remporte le prix de la meilleure « bande-son » au festival du court-métrage d'Aniche pour « Le Bonheur des Autres ».

### ▲ **Pierre George** – basse

Neil Young lui donne envie de jouer ses premières notes.

Il officie d'abord à la basse dans différents groupes.

Une rencontre importante en 2003 : Ewen et le début de *l'Atelier clandestin* qui sévit encore sur les routes de Bretagne et de Navarre.

Une échappée comme multi-instrumentiste dans *Les Mauvaises Langues* avec qui il enregistre en 2010 l'album « A ciel ouvert ». La tournée l'emmènera jusqu'en Chine en 2013.

En 2015, il réalise en tant qu'ingénieur du son l'album « Les trois trésors » de *Gyraf* qu'il accompagne également sur scène.

Retour ensuite à la basse avec *Los Papurris*, pour jouer la populaire « Cumbia » d'Amérique latine.

## ▀ **Laure Rousseau – fitness**

Chargée de com pour une structure de danse contemporaine dans le civil (Le Gymnase/CDCN), Laure est une sportive émérite. D'abord sollicitée comme « consultante fitness » durant toute la phase de gestation du projet, elle a finalement sauté le pas et décidé de camper elle-même le rôle qu'elle avait dessiné.

Dotée d'un enthousiasme contagieux et véritable prise de courant continu, elle guidera facilement chacun dans la recherche de son maximum.

## ▀ **Sylvain Huc – regard extérieur**

Danseur et chorégraphe de la compagnie *Divergences*, Sylvain Huc posera son œil bienveillant sur la poésie musclée de *Baraqué*.

## 04. PARTENAIRES



### ▀ **Partenariats confirmés**

Aide à la création – DRAC Occitanie

Le Terrier Productions – Lille (59)

Le Grand Figeac – Figeac (46)

L'Usine, scène conventionnée – St Céré (46)

Les 4 Ecluses – Dunkerque (59)

La ville du Touquet (62)

Les Docks – Cahors (59)

L'Arsenic – Gindou (46)

### ▀ **Partenariats demandés**

Région Hauts de France (en cours)

CNV (en cours)

Sacem (en cours)

## 05. CALENDRIER



### ▲ Résidences de création /

#### **Du 18 > 23 septembre 2017 – L'Orange fluo / Gorses**

Recherches et composition du répertoire.

#### **Du 21 > 25 janvier 2018 – Espace culturel du Grand Figeac / Latronquière**

Finalisation du répertoire et première structuration des exercices de fitness.

Première vision globale du spectacle et de son déroulé. Teaser vidéo.

#### **Du 26 février > 2 mars 2018 – L'Usine, scène conventionnée / Saint-Céré**

Ecriture du spectacle et déclinaison de la formule sensibilisation.

#### **Du 12 > 15 mars 2018 – Les 4 écluses / Dunkerque**

Propositions de mise en scène et de configuration scénique.

Début de réflexion autour de la lumière et du son. Etablissement d'une fiche technique.

Regard extérieur de Sylvain Huc sur les premiers filages et travail sur les corps.

#### **Du 14 > 18 mai 2018 – L'Usine, scène conventionnée / Saint-Céré**

Travail sur la dramaturgie du spectacle. Recherches sonores.

#### **Du 24 > 28 septembre 2018 – Les Docks / Cahors**

Mise en scène, création lumière et filages.

Premières actions de sensibilisation.

#### **Du 13 > 19 octobre 2018 – L'Arsenic / Gindou**

Rodage et actions de sensibilisation.

### ▼ Premières dates

12.01.2019 – L'Usine, scène conventionnée / Saint-Céré (46)

Janvier 2019 – Les Docks / Cahors (46)

25.05.2019 – L'Ostal / Rampoux (46)

Juillet 2019 – La Cave aux poètes / Roubaix (59)

2019 \_ Les 4 Ecluses / Dunkerque (59)

Eté 2019 \_ Le Touquet (62)

Novembre 2019 \_ L'Hospice d'Havré / Tourcoing (59)