

# Le cirque à l'école – Jonglage par deux: Coopération

**Deux pour un:** deux élèves mettent chacun une main à disposition pour jongler. Cet exercice exige de bonnes capacités de rythme, de différenciation et de coopération.

Côte à côte, les partenaires se tiennent par l'épaule. Les mains libres, une gauche et une droite, deviennent les mains d'une nouvelle jongleuse à deux têtes. Une fois la position adoptée, les partenaires effectuent la [cascade](#).

## Variante

Peu à peu, amener d'autres objets de jonglage en jeu.

---

Source: [Claudia Aldini, fondatrice et directrice du Circo Fortuna de Bioggio, artiste, clown de la fondation Theodora; Roberto Gerboles, acteur, mime, auteur, dramaturge et régisseur du mois 09/2018: Le cirque à l'école](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**