

18-19-20 MAI 2023 SUISSE NORMANDE

PONT D'OUILLY • LA ROCHE D'OËTRE



ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE CONCERTS GRATUITS MARCHÉ DE PRODUCTEURS

www.festival-extraverties.com

#JE SUIS
EXTRA

18, 19 et 20 MAI
EN SUISSE NORMANDE

**PRESSE 2023** 



## ÇA SE PASSE À PONT-D'OUILLY AU CŒUR DE LA SUISSE NORMANDE





Situé au cœur de la Suisse Normande, dans un cadre exceptionnel et préservé, Pont-d'Ouilly compte parmi les hauts lieux des amateurs d'activités de Pleine Nature en Normandie.

Cette réputation, la commune la doit en grande partie à la base de loisirs gérée par Pont-d'Ouilly Loisirs, et qui constitue l'un des fleurons du Calvados en la matière. Depuis plus de 30 ans, l'association développe un savoir-faire reconnu au-delà des frontières régionales autour des activités sportives familiales et expertes (canoë-kayak), et de l'accueil des groupes de jeunes. Depuis 2013, son activité s'est étendue avec la gestion du Parc Accrobranche «Orne Aventure» sur un autre site emblématique de la Suisse Normande: la Roche d'Oëtre (80 000 visiteurs / an).

La commune jouit d'un emplacement privilégié, comme étape de la Vélo Francette, au croisement de plusieurs départements et à proximité de bassins de population importants. Elle bénéficie du soutien de la Communauté de Communes du Pays de Falaise, à laquelle elle appartient.

Elle peut compter sur une dynamique territoriale et un savoir-faire touristique reconnu, représentés par des équipements emblématiques tels que le château Guillaume-le-Conquérant (84 000 visiteurs/an), le Mémorial de Falaise «la Guerre des Civils» (25 000 visiteurs/an) ou encore l'Office de Tourisme intercommunal.

## PONT-D'OUILLY LOISIRS, C'EST... \*

Cherbourg

Saint-Lô

► ☐ • Caen

- > DES VALEURS : tourisme social, l'accès aux loisirs pour tous
- > LES LOISIRS DE PLEIN AIR : location de canoë, tir à l'arc, VTT, escalade...
- > 35 000 personnes accueillies dans les différentes activités
- > 20 000 nuitées dans ses hébergements
- > 19 000 séances encadrées par une équipe de professionnels
- > 45 000 départs de descentes de canoé par an



\*Chiffres 2022



## LA ROCHE D'OËTRE LE SITE PRÉSERVÉ INCONTOURNABLE DE LA SUISSE NORMANDE

Taillée dans la pierre, la Roche d'Oëtre est l'un des plus prestigieux belvédères de l'Ouest de France. Ce site naturel classé se situe au cœur de la plus ancienne montagne d'Europe. Du haut de ses 118 mètres, il offre un panorama grandiose sur les gorges boisées de la Rouvre.

À pied, à cheval ou à vélo, vous découvrirez de superbes paysages, vallées, gorges, panoramas et autres chemins pittoresques : le sentier des corniches (600 m), le sentier des gorges (2,5 km), le sentier des méandres (6 km), le sentier du granit (9 km)...

Depuis 2018, le Festival Les ExtraVerties est organisé en partenariat avec Flers Agglo, gestionnaire de l'Office de Tourisme la Roche d'Oëtre. Une journée entière est consacrée à la valorisation de la randonnée sur ce superbe site de la Suisse Normande, qui attire des dizaines de milliers de personnes tous les ans.

## LA ROCHE D'OËTRE C'EST ...

- > Point d'étape du Tour de la Suisse Normande, **élu GR<sup>®</sup> préféré des Français 2023**
- > Le plus grand rendez-vous des randonneurs de la Suisse Normande
- > Un paysage exceptionnel protégé et préservé
- > 80 000 visiteurs / an



## UN FESTIVAL À SUCCÈS!





25 000 visiteurs en provenance du Calvados, de l'Orne, de la Haute-Normandie, d'Ile de France et de départements limitrophes.



5000 personnes pour les concerts et animations.



## UN ÉVÈNEMENT FAMILIAL

une trentaine d'activités de découverte pour tous les âges (12 000 séances en 2022) et 40 exposants sur l'espace éco-village.





30 clubs et associations impliqués et 250 bénévoles.



## UNE DATE FAVORABLE POUR LE TOURISME

autour du week-end de l'Ascension qui draine une importante population touristique en Normandie notamment en provenance de la région parisienne.



plus de 50 000 documents diffusés, des campagnes radios et interviews, de nombreux articles dans la presse locale. Une communication numérique renforcée avec un site internet et une présence active sur plusieurs réseaux sociaux.



un taux de 98 % de satisfaction des visiteurs concernant la programmation.



# NOS PARTENAIRES DES SOUTIENS INDISPENSABLES!

### LES ORGANISATEURS













# MERCI À NOS PARTENAIRES, COLLECTIFS ET ASSOCIATIONS PRÉSENTS À NOS CÔTÉS : DES SOUTIENS INDISPENSABLES QUI NOUS REFONT CONFIANCE POUR L'ÉDITION 2023

































RÉFÉRENT TECHNIQUE DES EXTRAVERTIES 2023

## ILS ÉTAIENT LÀ, À NOS CÔTÉS

30 clubs et associations, 150 bénévoles, ont contribué à la réussite de l'édition 2022





## 3 JOURS POUR S'ÉCLATER UN PROGRAMME EXTRA

## **VENDREDI 19 ET SAMEDI 20 MAI À PONT-D'OUILLY**

Détente et loisirs règneront durant deux jours dans la station verte de la Suisse Normande. Sur le stade, un village d'activités de pleine nature vous invite à découvrir une vingtaine d'activités de loisirs proposée par les clubs sportifs et les associations du territoire : canoé, paddle, randonnée, escalade, tir à l'arc, tyrolienne géante...

### Il y aura encore des NOUVEAUTÉS et sensations fortes cette année!

Dans le parc municipal, un éco-village mettra à l'honneur les initiatives en faveur du développement durable et de la protection de l'environnement avec des ateliers de sensibilisation et des animations « vertes ». A ses côtés, un marché de producteurs présentera l'agriculture locale, les circuits courts et de proximité, les produits labellisés bio, ainsi que la démarche de commerce équitable. Le festival convivial et VERTueux aura aussi son espace écomobilité pour valoriser les déplacements doux.

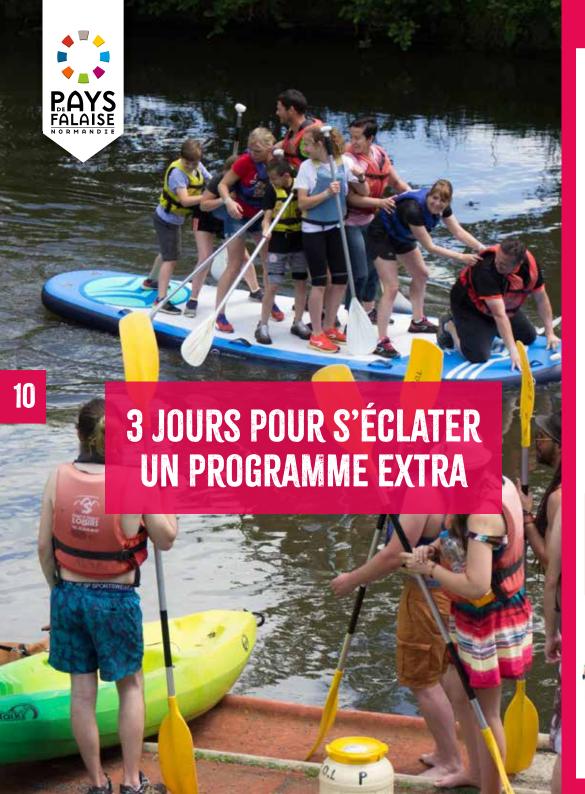
Côté animations, impossible de s'ennuyer : petits et grands devraient trouver leur bonheur : des concerts gratuits, un espace pour les tout-petits avec ses espaces de jeux, des spectacles pour toute la famille.

Toute la journée, il sera possible de se détendre, profiter du bon air de la Suisse Normande et de se restaurer.



**VOUS SOUHAITEZ VOUS INSCRIRE AU MARCHÉ DE L'ÉCO-VILLAGE?** 

**VOTRE CONTACT :** Office de Tourisme Falaise-Suisse Normande 02 31 90 17 26 - info@falaise-suissenormande.com



## JEUDI 18 MAI - LA ROCHE D'OËTRE





## Espace RANDO ET MULTI-ACTIVITÉS

Départ de toutes les randonnées dans le SAS aménagé. Jauge limitée. Inscription sur site dans la limite des places disponibles.

### RANDONNÉES PÉDESTRES

sur le tracé du GR® de Pays Tour de la Suisse Normande élu GR® préféré des Français 2023. Pique-nique tiré du sac.

> 9h30 - 20 km (40 pers. max) ½ journée au cœur du site majestueux de la Roche d'Oëtre

> 10h - 9.6 km > 14h - 7.8 km

### RANDOVOIX 16



Rando avec chorale

> 10h00 - 5,7 km (sortie encadrée)

### MARCHE NORDIOUE 116



Sorties encadrées (prêt de bâtons possible)

- > 10h30 6 km (pour découvrir la pratique)
- > 14h30 9.3 km (pour les initiés)

### RANDONNÉE VTT 1€

### Sorties familiales accompagnées :

(Equipement non fourni - Casque obligatoire) > 11h - 7 km > 14h30 - 9.5 km

#### Circuits adultes balisés :

> À effectuer en autonomie (tracés fournis)

### L'EXTRA TRAIL

### NOUVEAUTÉ

Programme ludique de découverte du Trail sur deux parcours!

- 2 Parcours de 5 km 200 m de D+ Balisés à faire en autonomie ou encadrés à une allure de 7km/h
- > 1 départ toutes les heures de 10 h à 16 h

### SORTIES CYCLO DÉCOUVERTE



> Départ : 10h30 - 32 km - 440 m D+

### RANDO ÉQUESTRE

### Encadrée pour cavalier à l'aise

> 33 km - Sur réservation CE de la Baronnerie - 06 14 27 89 71 labaronnerie.boscher@wanadoo.fr

## Spécial FAMILLE

### BALADE NATURE EN FAMILLE 1€

### Ateliers de découverte (30 pers. max)

- > Départs : 10h30, 13h30 et 15h15 > Et une sortie spéciale moins de 6 ans
- à 9h30 3 km

### DÉFIS NATURE EN FAMILLE 1



> Départs: 10h, 11h30, 14h, 16h

### PARCOURS DÉCOUVERTE À FAIRE EN AUTONOMIE

## Animo Trésors 4

> Jeu de piste - Munis d'un plan partez à la découverte des animaux!

### Enquête de feuilles 116



> Livret d'accompagnement pour apprendre à reconnaître les arbres et arbustes du site

### Mystères à la Roche GRATUIT

> 2 km (escarpé) - Appli gratuite. Prêt de tablette possible au tarif de 1 € (sur caution)

### Mais aussi ...

### ATELIER DE MANIABILITÉ VÉLO

Parcours avec obstacles - Vélo et casque fournis – À partir de 8 ans

### INITIATION AU GOLF 🔢

structure gonflable.



JEUX GÉANTS EN BOIS GRATUIT

### ACCÈS LIBRE 10H-20H

## Marché NATURE

Espace entièrement dédié à la valorisation des producteurs et artisans locaux, des producteurs labellisés bio et des exposants proposant des produits issus du commerce équitable.

## Stand MOBILITE

Information sur l'offre de mobilité. Vélos à Assistance Electrique et Cyclo-juice. Atelier réparation de vélos.

## Campement

> des costumes, des tipis, des chevaux, animation lasso, animation photos avec costumes

## PARC ACCROBRANCHE Orne Aventure

06 17 05 09 60

#### **OUVERTURE EXCEPTIONNELLE DU PARC**

> 10h - 19h

### **ACCROBRANCHE EN NOCTURNE**

> 20h à 22h30

2€ de réduction avec un accessoire « Extraverties »

### ANIMATIONS:

sur le parking de 10h à 18h

- > Atelier initiation au dessin ou peinture (Adultes et enfants)
- > Maquillage de 10h à 18h
- > Caraconte (30mn) Notre conteur vous invite à un voyage au Pays des Contes. Séances: 11h, 12h, 14h, 15h, 16h, 17h
- > Espace cabinet de curiosités sonores avec atelier d'écriture « LES OBJETS RACONTENT »

### **ESCALADE SUR UN MUR**

> à partir de 6 ans

### **GRIMPE D'ARBRES**

> à partir de 6 ans

### INITIATION À LA SLACKLINE

> à partir de 12 ans





## VENDREDI 19 ET SAMEDI 20 MAI - PONT-D'OUILLY Vendredi de 14h à 20h



## **Village LOISIRS DE PLEINE NATURE**

### Départ des randonnées dans le SAS aménagé. Jauge limitée. Inscription sur site dans la limite des places disponibles.

## Activités EN CONTINU

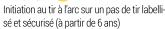
## SAUT EN CHUTE LIBRE 116

Saut, jusqu'à 10 m sur un airbag géant!

### TYROLIENNE GÉANTE 💶

Surplombant l'Orne, elle vous fera découvrir les deux rives de Pont-d'Ouilly. 1,30m

### TIR A L'ARC 🝱



### TROLL BALL 🝱

Activité au croisement du foot américain et du Seigneur des anneaux.

### PARAPENTE 119

- > Baptême (en fonction des conditions de vent)
- > Démonstration de gonflage d'aile
- > Simulateur Delta fixe

### PÊCHE / PÊCHE À LA MOUCHE

Découverte des différentes techniques de pêche et initiation à la technique de lancer

### ATELIER DE MANIABILITÉ VÉLO

Parcours avec obstacles et passages de modules BMX - Vélo et casque fournis. À partir de 6 ans

### ATELIER DE DÉCOUVERTE DU VTT

Sur un parcours technique et au cœur d'un petit parc arboré - Vélo et casque fournis. À partir de 10 ans

### INITIATION AU ROLLER 💶

Initiation à la pratique sur un espace protégé (prêt de rollers sur place) – À partir de 4 ans

### ESCALADE SUR UN MUR

Initiation à l'escalade – À partir de 6 ans

### PARCOURS DU P'TIT POMPIER ET ATELIER «LES GESTES OUI SAUVENT»

Sauvetage d'un nounours en peluche prisonnier des flammes

### ARCHERY TAG



Paint Ball avec l'utilisation d'arcs et flèches (avec l'extrémité en mousse)

### KART À PÉDALES ADULTES ET ENFANTS 16

les NOUVEAUTÉS

INITIATION À LA GRIMPE D'ARBRES

Élevez-vous dans les hauteurs avec la

Tribu des Cimes - Pour toute la famille.

Défi sportif ou vélopromenade virtuelle

Golf à l'aide de disgues spécifiques

Tapez vos premières balles dans une struc-

ture gonflable practice en forme de tunnel

Enfilez ces drôles de skis avec des grosses

roues et lancez-vous sur un circuit spéciale-

ment aménagé à la découverte de ce sport

ESPACE CANIN — WILL TO GO PARK

Venez avec votre chien découvrez plusieurs

Activités PROGRAMMÉES

Venez avec votre chien et tentez l'expérience

cani-trottinette (6 trottinettes à disposition)

Chasse au trésor avec GPS! > Vendredi:

14h30 et 17h > Samedi: 10h30 et 14h30

Initiation (Possibilité prêt de bâtons). Vendredi :

14h30 et 17h > Samedi: 10h30 et 14h30

activités: Dog Lanta (mini parcours aven-

ture), essai de cani-trottinette.

SORTIE CANI-TROTTINETTE

> Vendredi : 19h – 5 km

INITIATION GÉOCACHING

MARCHE NORDIOUE 💴

HOME TRAINER CONNECTÉ

À partir de 6 ans.

DISC GOLF 🕌

similaires à des frisbees

**INITIATION AU GOLF** 

DÉCOUVERTE DU SKIKE

de alisse original!

### RANDONNÉE PÉDESTRE Sortie familiale encadrée

> Vendredi: 14 h 30 - 8.5 km > Samedi: 10h00 - 8.5 km

**Rando Douce:** > Samedi: 14h30 - 4,5 km

## À faire en AUTONOMIE

### ANIMO TRESORS 116

Muni d'un plan et d'une feuille de jeu, partez à la recherche des animaux de la forêt!

### ORIENTATION 116

Retrouvez 10 balises en un minimum de temps!

### GÉOCACHING 💶



Initiation à la Chasse au trésor avec GPS!

## Activités NAUTIQUES

### STAND'UP PADDLE 15



Attention à l'équilibre (savoir nager – 6 ans)

### INITIATION CANOË-KAYAK



À partir de 6 ans - Savoir nager. Parcours sur le plan d'eau de Pont-d'Ouilly.

LE PLUS: pour la descente Pont-d'Ouilly-Clécy (13 km), possiblité de louer un canoë-kayak à la journée. Tarif habituel - 2€ de réduction par embarcation avec accessoire « Extraverties ». Résa Pont-d'Ouilly Loisirs 02 31 69 86 02

### PÉDALO

Activité ludique et accessible à tous!

### AQUA'LANTA 💶



Parcours aventure sur une structure gonflable de 30 m posée sur l'Orne.

### Ça se passe à Falaise **QUE FESTIVAL DANSE DE TOUS**

LES SENS Partenaire des

### Extraverties 2023

> Vendredi 19 mai à 10h30 à Falaise. Durée 2h - 3€. Promenade-performance où la danse se mêlera à la Nature et investira nos sens.

## 10€

## חוום

ACCÈS GRATUIT

### **COURSES D'ORIENTATION - CANOË** TRAIL - TIR LASER

### 2 FORMULES:

- > DUO FAMILLE 2H
- > DUO SPORTIF 3H-3H30

Raid NATURE

Inscription sur place sous réserve du matériel disponible.

### DÉMONSTRATIONS SKIKE-JOERING Sport de traction canine

### **CHIENS DE TRAINEAU**

Départ d'un attelage

### KAYAK-POLO

Uniquement le samedi de 9h à 19h. Découverte de ce sport avec la 3ème journée de championnat de France de la National 1 (élite du kayak-polo français)

### **DÉMONSTRATIONS ET INITIATIONS DE** DANSE: ZUMBA, CONTEMPORAINE, HIP-HOP, AFRICAINE ET BREAKDANCE avec des professionnels. Horaires page Concerts, spectacles et danse au recto.

## Campement AMÉRINDIEN

> 10h à 20h : des costumes, des tipis, des chevaux, animation lasso, animation photos avec costumes...

ACCÈS LIBRE

ACCÈS GRATUIT

## Espace

Qi Qong, luminothérapie, jeûne intermittent, réflexologie..

## Espace

## **ECO-VILLAGE**

ACCÈS GRATUIT

## MARCHÉ Nature

Implanté dans un espace clos et arboré, sur les bords de l'Orne, le Marché Nature vous invite à la flânerie et à la détente!

Cet espace sera entièrement dédié à la valorisation

- Des producteurs et des artisans locaux
- Des producteurs labellisés bio
- · Des exposants proposant des produits issus du commerce équitable

## ENFANTS ACCÈS GRATUIT

- Espace Détente : un endroit au calme avec livres et ieux de société
- Espace Bricolage : des ateliers pour développer la créativité et l'imagination des tout-petits : moulins à vent, origamis, abeilles, éponges-bonhommes...
- Parcours sensoriel: un espace fait de paille, boue, sable... pour stimuler les sens des tout-petits.
- **Jeux géants :** des jeux en bois géants pour s'amuser en famille!
- Maguillage enfants



Régalez-vous avec les Producteurs du Pays de Falaise, les commerçants de Pont-d'Ouilly, l'association «On Bouge tous pour Clément & KIF1A», les foodtrucks « Au Vert Festin » et « Le Maloya », et les glaces de « La Ferme Bidard ».

Vendredi de 14h à 20h Samedi de 10h à 19h (20h pour le marché)

## SENSIBILISATION

### à l'environnement

### L'ESPACE D'INFORMATION

- L'intérêt de préserver les terres agricoles
- Découverte de mobilier en carton

### **LES ATELIERS DE SENSIBILISATION**



- Bricolage d'instruments sonores à partir d'éléments de la nature
- Création de nichoirs
- Jeux de rôle liés à la transition énergétique citoyenne
- · Jeu d'enquête sur la surconsommation

## ACCÈS GRATUIT ÉCO-MOBILITÉ

Un espace pour découvrir des solutions de mobilités alternatives : autopartage, covoiturage, location de vélos à assistance électrique..

### LES INITIATIONS



- · Essais de vélos à assistance électrique
- · Ateliers réparation de vélos, vente de vélos reconditionnés et pièces détachées
- · Parcours draisienne pour les petits
- · Animations pour sensibiliser au covoiturage
- · Découverte et test du vélomobile
- · Parcours de kart à pédales : tracé sécurisé pour les enfants

#### NOUVFAUTÉ

· Navettes en calèche













## CONCERTS, SPECTACLES & DANSE GRATUITS

### JEUDI 18 MAI 2023 À la roche d'oëtre

### COLLECTIF LES VOIX-CI, LES VOIX-LÀ RandoVoix - 2h30 - 5.7 km

> 10h00 - Sas de départ

### CIE 126 KILOS

Spectacle clownesque Banc de Sable - 1h

> 16h00 - Scène Roche d'Oëtre

### CIE LA FRANÇOISE DES JEUX Spectacle Théâtre de rue - 1h

> 18h - Parking Parc Accrobranche

### LA GAPETTE

Concert chanson française festive - 1h30

> 20h30 - Scène Roche d'Oëtre

### VENDREDI 19 MAI 2023 À PONT-D'OUILLY

FANTASIE MINOR - Spectacle de danse - Hip Hop Contemporain - 30 mn. En partenariat avec Chorège CDCN Falaise Normandie / Festival Danse de tous les Sens.

> 15h - Espace danse - Parking Épicerie du Coing

### DANSE CONTEMPORAINE, HIP-HOP ET AFRICAINE

Initiations et démonstrations des danseurs professionnels avec Chorège CDCN Falaise Normandie

> 15h30 à 18h30 - Espace danse - Parking Épicerie du Coing

### **CIE LA PATROUILLE DES CASTORS**

Spectacle d'impro en déambulation

> 16h et 17h - 30 mn - Écovillage

### INITIATION À LA ZUMBA - FORMÉO PAYS DE FALAÎS

> 17h30 - Guinguette

### **MARCUS & COOKIEMONKEY**

Apéro-concert Hip-Hop métissé - 1h30

> 18h30 - Scène Écovillage

MALL SELLIL.

### APES O'CLOCK - HIP-HOP AUX AMBIANCES ÉLECTRIQUES DU ROCK'N'ROLL

Concert Hip-Hop aux ambiances électriques et Rock'n'Roll - 1h30

> 21h - Scène Village Loisirs pleine Nature

### SAMEDI 20 MAI 2023 À PONT-D'OUILLY

### INITIATION À LA ZUMBA - FORMÉO PAYS DE FALAISE

> À 11h et à 15h - Guinguette

### BIG-BAND JAZZ DU PAYS DE FALAISE

Apéro-concert avec l'Orchestre de jazz

> De 11h30 à 13 h30 - Espace danse - Scène Écovillage

### SNT CREW - DANSE BREAKDANCE

Initiations et démonstations de breakdance

> De 14h30 à 18h30 – Espace danse Parking Épicerie du Coing

### LA PATROUILLE DES CASTORS

Spectacle de rue famille

> 15h30 - 1h – Scène Écovillage

### LES ARGONAUTES

Apéro-concert reggae, jazz, funk et hip-hop - 1h30

> 18h30 - Scène Écovillage



Grand concert de clôture

avec

# MES SOULIERS SONT ROUGES

NOUVEL ALBUM «FAUT SE MÊLER» Concert interprété aussi en Chansigne

Durée:1h30

> 21h00 - Scène Village Loisirs pleine Nature







### LES VOIX-CI. LES VOIX-LÀ

Ce collectif de Flers accompagnera de son chant et de son humour une randonnée découverte de la Roche d'Oëtre rebaptisée pour l'occasion la RandoVoix.



### **CIE 126 KILOS**

Les deux artistes de cirque Gwenaëlle Traonouez et Vincent Bonnefoi fondent la Compagnie 126 Kilos en 2011. Depuis leur rencontre, ils défendent un jeu burlesque et sensible où la dérision n'est jamais loin. Ils vont de pair.

Elle, porte le sacré comme un tee shirt usé, sous ses airs de princesse elle a l'étoffe d'un chef etles désirs d'une reine.

Lui, cache sous sa maladresse une grâce insoupçonnée. Il est un compagnon rêveur et malicieuxqui d'un battement de paupière croit pouvoir s'envoler.

Il porte, elle voltige, elle chute, il rattrape, ils sont l'un pour l'autre l'appui nécessaire.

Ils chassent les mouches comme d'autres les moulins à vent.

Complices inséparables, leurs jeux naïfs les emmènent sur des terrains glissants où leur nature se révèle plus que jamais...Clown...jusqu'au bout des ongles.

## **CIE LA FRANCOISE DES JEUX**

Théâtre et objets en rue - Sillonnant les routes de France et de Navarre à bord

de sa Loto-mobile, La Françoise se donne pour mission de mettre le hasard au goût du jour. De places de villages en coeurs de villes, en passant par les bars du coin, elle organise sa grande loterie : la loterie de la vie, le jeu de la vie et du hasard. Accompagnée de son DJ Tourniquette et munie de son boulier à manivelle, elle vient à la rencontre des grands

et petits joueurs pour offrir du changement, une vie nouvelle, et réaliser les rêves les plus fous. Aujourd'hui, c'est chez vous qu'elle s'arrête. Du gros lot

au mauvais numéro, la roue tourne... Venez défier la chance et la fortune!

### **LA GAPETTE**

Après plus de 1000 concerts, le musette n'roll de La Gâpette a déjà conquis une dizaine de pays. L'enveloppe festive de ses chansons, riches en instrumentations révèle des textes militants emplis d'émotion. Considérant le bistrot comme réel microcosme de la société, les artistes installent à chaque concert leur véritable comptoir sur lequel ils vous servent complicité, humanité et générosité.





### FORMÉO, LE CENTRE AQUATIQUE DU PAYS DE FALAISE

Le complexe aquatique et multi-activités du Pays de Falaise viendra proposer des initiations à la zumba. Une discipline qu'il est possible de pratiquer lors de cours collectifs tout au long de l'année

### **FANTASIE MINOR**

Deux danseurs qui s'emparent de la scène comme on conquiert un espace laissé vacant. Dans toute leur pesanteur, ils assument la contradiction face aux suggestions de la musique, dont les notes virevoltent : attitudes de mauvais garçons, le dos courbés, les cuisses écartées... Les corps ne s'en laissent pas conter. Pour autant, il en faudra peu pour que la légèreté de la Fantaisie en fa mineur de Schubert devienne un terrain de jeu pour ces deux interprètes rompus aux danses urbaines. Attraper la pulsation en tressaillements d'épaules ou de jambes, mais aussi se lancer dans un pas de deux aussi fraternel que compétitif, tout en portés, en glissés, en piqués et en pointes détournées... Avec le chorégraphe Marco da Silva Ferreira, le poids des corps, le poids de la musique et le poids des codes classiques ou hip hop s'envolent pour offrir des variations inédites, et inventer un nouvel espace de partage ouvert aux sensibilités. De tentatives fragiles en absurdités virtuoses, une autre vision de la grâce.



### DANSE CONTEMPORAINE, HIP-HOP ET AFRICAINE

Wenceslas BAZEMO en danse Traditionnelle Africaine et Afro Contemporaine, Arnold ANNE en Hip-hop et Arnaud CHAPUS en danse contemporaine, tous trois professeurs à CHOREGE, vont vous proposer une performance dansée afin de découvrir chacune de leur discipline chorégraphique.

Un petit atelier découverte sera proposé aux volontaires, danseurs ou novices, afin d'expérimenter chaque style et peut-être réveiller une envie de danser au fond de soi.

### LA PATROUILLE DES CASTORS

La Patrouille des Castors propose des interventions de théâtre de rue, Ils sont quatre, ils sont plein de bonne volonté et ont de l'enthousiasme à revendre! Nostalgiques de leurs jeunes années chez les scouts, Stéphanie, Benoît, Michel et Jean-Philippe ont décidé d'apporter le bonheur en chantant et en jouant de la guitare. Une fois le campement installé et tous les habitants rassemblés, les voilà fin prêts pour démarrer la (ré)Veillée, pour trouver plein de belles causes à défendre et pour vivre le frisson d'une grande aventure collective. Et pourquoi pas... changer le monde. Ensemble!



### MARCUS ET COOKIEMONKEY

Marcus, MC vibrant de ferveur humaine a décidé de délaisser le monde des instrus sur ordi pour bâtir un groupe bien vivant et porter ses textes mordants.

L'Afrique de l'ouest et le jazz se rencontrent brillamment dans sa cuisine pour servir un hip hop métissé, militant et franc du collier. Le résultat est un objet musical tout à fait unique, joué avec passion par les musiciens qui forment les CookieMonkey. Large d'esprit comme l'est la culture hip-hop, Marcus aime dire qu'avant de faire du rap, il fait de la musique!



### **APES O'CLOCK**

Fondé en 2015, le collectif APES O'CLOCK a choisi de faire les choses dans l'ordre. Créer, composer, ré fléchir et coudre le décor musical et visuel de ce projet, autoproduire 2 EP pour illustrer la genèse de leur réflexion. Jouer, répéter, arranger, du studio à la scène, se confronter, mettre en scène et rencontrer son public, pour mieux confirmer ces choix. Plus d'un an de travail aura été nécessaire au groupe pour retranscrire en 12 titres l'univers visuel et scénique cher à ces 7 trublions, et illustrer le tout dans un album aussi puissant musicalement que verbalement.

APES O'CLOCK s'est enrichi de la sagesse du vieux singe, cynique mais déterminé, usant de son expérience pour mieux tisser les rideaux fibreux d'un cabaret moderne et fantasque. Le verbe incisif et l'élocution bestiale, le groupe prend plaisir à dépeindre les travers de l'Homme, à chanter leurs vies de saltimbanques et inviter l'auditeur à entrer dans leur univers aussi réaliste qu'enivrant.

Ce 1<sup>er</sup> album "Le spectacle continue" fait la part belle au groove, celui du Hip-Hop fusionnant avec les ambiances plus électriques du Rock'n'Roll, et celui d'un Brass-Band aux riffs et mélodies entêtantes. Voilà pour l'assise. Car les 7 musiciens se jouent des codes, des étiquettes et des cases, pour ne fermer aucune porte à ses compositions. Chaque titre est un tableau sonore, animé, la bande son et son décor, des planches grinçantes d'un cabaret feutré, à la moiteur étouffante d'une cave à concert







### LE BIG-BI Le big-ba Cet orche années le

### LE BIG-BAND DE JAZZ DU PAYS DE FALAISE

Le big-band du pays de Falaise regroupe 25 musiciens férus de Jazz.

Cet orchestre amateur encadré par 2 professionnels parcourt depuis plusieurs années le pays de Falaise pour des concerts où tous les styles de jazz sont conviés.

Musique pour tous les publics, bonne humeur, et plaisir de jouer sont la règle pour cet orchestre qui a été invité cette année à se produire à Coutances (pendant le festival Jazz sous les pommiers)



### **LE SNT CREW**

Association breakdance basée à Caen, créé en 2007 à l'initiative de 5 jeunes passionnés de cette danse urbaine. Le collectif Style & Technik évolue sous forme associative depuis 2008 afin de réaliser ses différents projets pour mettre en valeur la culture Hip-Hop.

Grâce à son énergie et son style de danse atypique le groupe Caennais détient aujourd'hui une place importante dans le milieu des « Battles ». Le groupe s'est imposé comme une référence normande, après s'être fait remarquer sur de nombreux battles partout sur la planète. Ce groupe aux objectifs bien fondés a pour but d'aller représenter la ville de Caen ainsi que la France au niveau International!

Parallèlement à sa vocation compétitive, le groupe joue un rôle déterminant dans l'expansion de la pratique du breakdance dans la région grâce à de nombreux cours, stages et initiations mis en place tout au long de l'année! De plus, afin de faire découvrir cette culture au plus grand nombre, nous mettons en places des événements et proposons divers spectacles, que nous vous invitons à découvrir.



### **LES ARGONAUTES**

Les Argonautes sont originaires de Rennes. C'est une troupe de 5 musiciens, qui vous fera voyager à travers des teintes reggae, jazz, funk et hip-hop.

Montez à bord du navire et laissez vous transporter par leur univers unique, gorgé de bonnes ondes et de soleil !





## MES SOULIERS SONT ROUGES : FAUT SE MÊLER

Rien n'arrête la marche de Mes Souliers sont Rouges jamais les deux pieds dans les mêmes galoches!

Toujours prompts à défricher de nouvelles partitions, ils se réinventent avec des compositions originales et des chansons écrites sur mesure pour leur 8ème album qui vient sceller le renouveau du groupe déjà bien engagé depuis 2018.

Si les instruments restent traditionnels, ils réservent bien des surprises! Comme l'accordéon qui lorgne davantage sur des sonorités cajuns ou bien le uilleann pipes -la cornemuse irlandaise- tantôt déchirante dans

l'introduction de la "Suite Kennedy" tantôt nerveuse et indomptable sur "La Demoiselle", chanson écrite par Florent Vintrignier (La Rue Ketanou). L'agilité rivalise avec la précision des arrangements lorsqu'il s'agit de délivrer toute la finesse des textes de Marion Cousineau qui à elle seule a écrit 4 chansons de l'album!

Le groupe a en effet fait appel à des auteurs contemporains pour traiter de sujets non moins actuels. Ils nous racontent des choses légères et des choses terribles du monde d'aujourd'hui. Quand elles sont drôles, les histoires se prêtent à leurs choeurs tendres, ils jonglent avec les mots à double, triple sens, débitent un flow toujours plus virtuose comme par exemple sur "Faut Se Mêler", chanson A Cappella mais écrite à 10 mains par les membres du groupe et qui donne son nom à l'album.

Ce nom s'est imposé car si "Le Temps S'en Va" c'est bien maintenant qu'il faut salir nos semelles et chanter haut, fort et tous ensemble : FAUT SE MÊLER!

Une belle saison s'annonce avec une nouvelle tournée et un spectacle conçu et mis en scène par Cyrille Floquet et interprété en chansigne par Périnne Diot qui devient membre à part entière du groupe!

Les mélomanes et les fêtards, les vieux, les jeunes, les anciens comme les modernes, les gars, les filles, tout le monde s'y retrouve et s'en mêle avec la musique traditionnelle anticonformiste de Mes Souliers sont Rouges.

De loin en proche, avec ses 30 années au compteur, le groupe phénomène folk alternatif reste d'actualité!

Concert interprété aussi

en chant signe













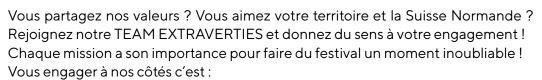






# 1000 BONNES RAISONS DE REJOINDRE LA TEAM EXTRA

Après une 5ème édition reccord avec 25 000 visiteurs, le festival « les ExtraVerties » prend toute sa place en 2023 et ouvre la saison touristique de la Suise Normande. Le festival continue de grandir, mais il n'en garde pas moins ses objectifs, sa philosophie initiale : réunir petits et grands autour d'un événement faisant la part belle à la NATURE, aux activités de Pleine Nature, au respect de l'Environnement et à une programmation musicale originale et festive. Pour cette 5ème édition, nous avons toujours besoin de vous, votre soutien est indispensable à l'organisation et la réussite de cet événement.



- Participer à valoriser une philosophie autour d'un territoire unique : la Suisse Normande
- Intégrer une équipe conviviale et dynamique venue de tous horizons
- S'enrichir mutuellement par le partage d'expériences et de savoir-faire
- Être au cœur de l'action et agir concrètement pour la réalisation d'un festival unique en son genre

Préparez-vous à vivre des moments intenses mais tellement satisfaisants !



### **INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT!**

> en ligne sur www.festival-extraverties.com

> auprès de l'Office de Tourisme Falaise - Suisse Normande 02 31 90 17 26 - info@falaise-suissenormande.com



## **NOUS AVONS BESOIN DE VOUS POUR INTÉGRER :**

LA TEAM LA BANANE - Accueil / Billetterie

LA TEAM SIGNALEURS - Parking / Orientation du public

**LA TEAM FORCE VERTE** - Sensibilisation du public, gestion des déchets et des ressources

**LA TEAM SUPER NANNY** - Gestion du QG et de l'espace restauration

LA TEAM BRICOLO BISCOTO - Logistique et technique

**LA TEAM SUPER GO À PIED** - Encadrement des randonnées pédestre et marche nordique (8 à 15 km)

**LA TEAM SUPER GO À VÉLO** - Encadrement des sorties vélo et VTT (10 à 50 km)

**LA TEAM COM** - Photos, réseaux sociaux... on parle de nous!

## **CONTACT PRESSE**

Communauté de Communes du Pays de Falaise 02 31 90 42 18 - hmorales@paysdefalaise.fr

## **INSCRIPTIONS AU MARCHÉ**

Office de Tourisme Falaise - Suisse Normande 02 31 90 17 26 - info@falaise-suissenormande.com

## **INSCRIPTIONS DES BÉNÉVOLES**

Office de Tourisme Falaise - Suisse Normande info@falaise-suissenormande.com

## **POUR NOUS SUIVRE:**

www.festival-extraverties.com

**SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX** 

