

Malgré la canicule, les stages de danse gardent le rythme au festival Darc de Châteauroux



Les stages de danse se poursuivent malgré la canicule dans le cadre du festival Darc à Châteauroux, vendredi 14 août. © Radio France - Joshua Metivier

Les stages de danse se poursuivent dans le cadre du festival Darc à Châteauroux, vendredi 14 août. Un véritable défi technique pour les danseurs, qui doivent composer avec les fortes chaleurs alors que le département de l'Indre reste maintenu en vigilance orange pour canicule.

Malgré la canicule, pas question de relâcher le tempo au festival Darc de Châteauroux. Les 650 stagiaires s'activent sur les pistes de danse de Belle-Île alors que le mercure dépasse les 35 degrés. Le département de l'Indre reste en vigilance orange pour canicule ce vendredi 14 août.

Un risque de blessure plus fort

Les danseurs s'entraînent en jazz, Hip-Hop, tango, claquettes ou encore aux danses orientales avec en ligne de mire pour tout le monde : le grand spectacle final le vendredi 21 août. Sur piste, l'énergie est explosive, la précision millimétrée et au bout d'une heure et demi - la sueur est abondante.

Avec une telle chaleur, chaque effort est décuplé : "C'est plutôt au niveau des jambes, on se sent très lourd. Ça devient difficile de sauter et on est tout de suite plus fatigué," décrit Priscilla, qui suit des stages dans de nombreuses disciplines. "Dans les gymnase, il fait lourd mais c'est respirable. Sous les barnums, c'est plus difficile : c'est plus lourd, on n'a pas beaucoup d'air, on ne peut pas ouvrir partout mais bon, on se débrouille comme on peut."

Surtout : on reste bien vigilant car les températures extrêmes peuvent jouer des tours sur notre corps : "Avec la chaleur, notre corps chauffe et on a l'impression d'être échauffé," explique Priscilla, "Et c'est là où il y a beaucoup plus de risques de blessures. . Malgré la chaleur, il faut quand même toujours bien s'étirer, bien échauffer toutes les parties du corps. Parce que ouais, les risques de blessures sont un peu plus grandes. Beaucoup de déchirements au niveau des genoux, des chevilles.."

Pour tenir jour après jour, la danseuse s'est équipée : "j'ai même des pains de glace dans mon sac isotherme comme ça je garde l'eau au frais ; on va s'hydrater au max, on prend des brumisateurs et le soir j'ai la chance de pouvoir me baigner," poursuit-elle. Les moments de détente seront de plus en plus rares à mesure qu'approche la date du grand spectacle final - vendredi 21 août.