

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 11 (2009)  
**Heft:** 2

**Artikel:** La fougue canalisée  
**Autor:** Chapuisat, Marianne  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995726>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 17.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# La fougue canalisée

Julien Perret est breakdancer. Ses passions sont la musique et la joie du mouvement. Tout en lui est atypique, désarmant: sa générosité, son engagement, sa discrétion. Rencontre avec un autodidacte.

Texte: Marianne Chapuisat; photo: Ueli Känzig

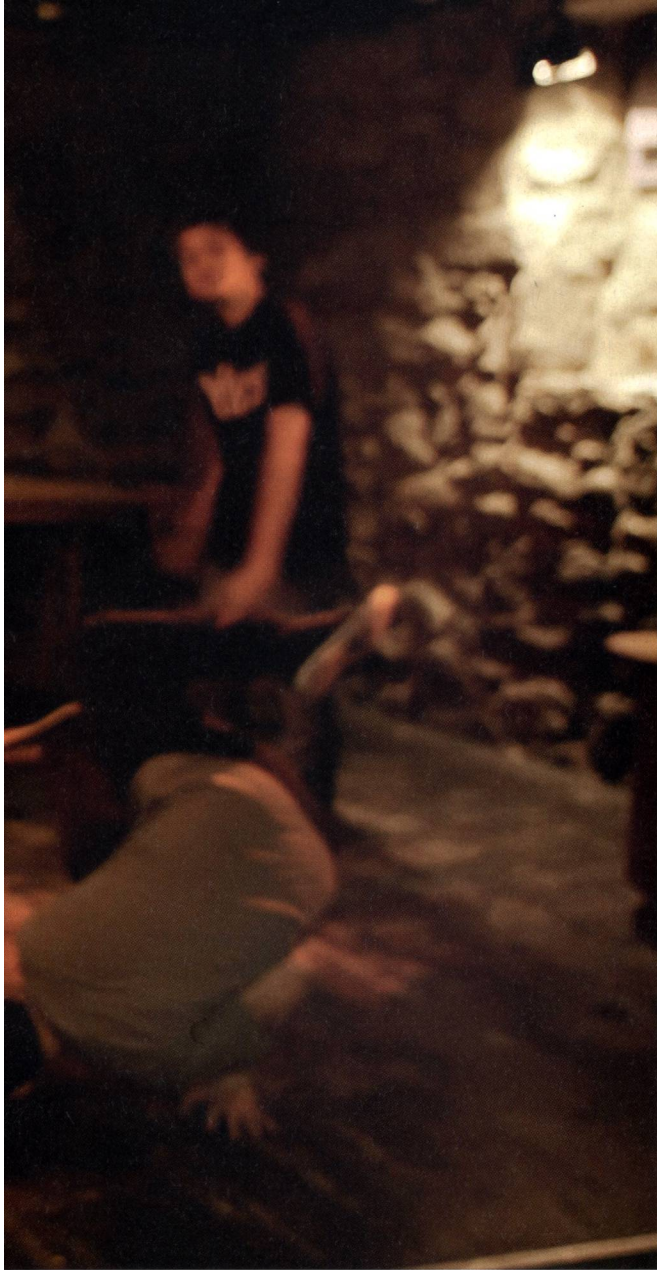
Un jeune homme disponible et souriant, pondéré et posé, un brin timide. Peu loquace sur sa vie privée, il est intarissable sur le (la) breakdance. Du haut de ses 18 ans, il affiche une longue expérience dans cette discipline particulière. «B-boy», ça vous dit quelque chose? Un peu, beaucoup, pas du tout? Pas de souci, Julien Perret ouvre avec plaisir les portes de son univers. Rendez-vous pris au Centre de loisirs et culture de Martigny pour assister à un de ses cours.

## «C'est cool de bouger»

Dans la salle face aux miroirs, Julien Perret distribue ses conseils avec patience et bienveillance. Il montre une figure, rectifie un pas, suggère sans imposer. Il canalise l'énergie avec diplomatie. Son jeune public impatient veut parfois brûler les étapes, si avide d'arriver à la très attendue session au sol, plus acrobatique, toujours impressionnante.

La dizaine d'adolescents en place le mangent du regard. Pas de filles aujourd'hui. Il en vient parfois, mais elles ne sont pas nom-





breuses. Origines, bobines et tailles différentes. Difficile de leur extirper des émotions. Ils ne parviennent pas à exprimer leur motivation. C'est une question de sensations. «Tu vois, c'est cool de danser». On n'en saura pas plus. Ils ont raison: il suffit de regarder leur sourire et de les voir bouger en rythme. Répéter des enchaînements, essayer de les décortiquer, retravailler un mouvement. Il y a beaucoup de liberté dans l'air. Julien Perret ne dispense pas un enseignement frontal systématique. Ce n'est pas dans l'esprit du break.

### De l'improvisation

Cette danse, née au cœur du Bronx dans les années 70, n'est pas véritablement codifiée. Les pas ne sont pas répertoriés. On entre dans l'expression artistique libre, le «freestyle». De l'avis de Julien Perret, ce mouvement peut être comparé à de l'improvisation jazz: chacun brode sur les standards, les interprète avec sa touche, son style. Le Valaisan est un artiste: comme un surfeur face à une pente vierge, il recherche l'élégance du mouvement, la fluidité, l'esthétisme.

Sur fond de musique funk ou hip-hop (d'avant 2000!), le cours se poursuit. Gaëtan se retire vers le radiateur, fatigué par la journée de ski. Lucien, fidèle aux leçons depuis plusieurs années, tient en haleine les copains en leur expliquant un enchaînement. Dans cette culture non réglementée, l'enseignement par les pairs est de mise. «Julien, regarde, j'arrive!» Les yeux brillent; la jambe enroulée devant le genou

permet d'amortir la réception au sol. Il faudra ensuite enchaîner avec les mouvements de rotation du corps sur les mains, le dos, les épaules ou la tête... Aujourd'hui, ils sont quatre débutants désireux d'imiter les vidéos spectaculaires pêchées sur Internet; ils devront déchanter: l'apprentissage, quoique souple, est exigeant. Sous ses allures décontractées, la discipline requiert force physique et souplesse; tourner sur un bras n'est pas une sinécure. Le maître, impassible, ne se lasse pas de répéter: «Fixe déjà la base, si tu veux continuer.» Il est indispensable de respecter les étapes intermédiaires.

### Solos dans le cercle

Vient le fameux cercle au sein duquel chacun improvise à tour de rôle pendant une trentaine de secondes. Minute de gloire sous les regards des copains en rond qui scandent le rythme du pied et apprécient la performance individuelle d'un hochement de tête admiratif. Pas le temps de s'attarder sur le verdict; à l'instar des pas du boxeur Mohammed Ali, le candidat suivant s'est élancé en sautillant au cœur du groupe; c'est au tour du professeur. Transporté par l'atmosphère, il prolonge sa prestation. La vitesse d'exécution estompe la difficulté. La créativité de la chorégraphie explose avec brio dans un tourbillon endiablé. Dans la phase au sol, Julien Perret vole littéralement. Epoustouflant!

17 heures 30. L'heure s'est envolée. Une maman se pointe avec une paire de bottes à la main. Dans la moiteur de la salle, on avait oublié l'hiver. «Ciao, j'avais m'entraîner pour ce truc.» Fuse une question: «Eh, gars, tu viens dimanche?» En pleines vacances de Carnaval, ils ne devront pas insister longtemps; dimanche, Julien Perret sera là pour danser avec eux. La salle se vide d'un coup, se fait silencieuse. L'espace semble aussitôt s'élargir; les miroirs ne reflètent plus les larges jeans et les sweaters «qui permettent de bien tourner sur les épaules».

### Un homme libre

L'entretien se prolonge avec ce jeune homme débordant de générosité. S'il n'est pas en train de danser, habité par la musique, il joue du saxophone et de la trompette. A la fois perfectionniste et détaché, il ne fait plus payer ses cours. «Je me sens tellement plus libre».

En classe spéciale pour sportifs, l'étudiant de l'Ecole de commerce de Martigny n'a pas d'objectifs compétitifs. Ni concours en vue, ni représentation, mais le bonheur de danser et de partager. Et quotidiennement, il se retrouve face aux miroirs, à se laisser emporter par la musique. De Sion à Lausanne, il écume les centres de loisirs, les salles de gymnastique et s'est même aménagé un lieu adéquat chez lui, dans son corridor à Martigny. Pourtant, l'effort est parfois douloureux. Certaines figures laissent des stigmates, surtout dans la phase de stabilisation. «Les bleus dans le dos, c'est parce que tu fais faux!»

Complètement autodidacte, Julien Perret a suivi ses premiers cours il y a deux ans en invitant un maître américain alors qu'il avait déjà des émules. Il n'a jamais cessé de prodiguer sa technique. Sa motivation? Inexplicable. «J'adore venir. En fait, je m'entraîne avec eux». Transmettre. Former des danseurs, générer l'émulation, multiplier les occasions de vibrer aux sons de «toute musique que l'on aime, même le jazz.» Atypique, on vous l'avait dit. ■

Contact: [memepasmal13@hotmail.com](mailto:memepasmal13@hotmail.com)