



PROGRAMME STAGE

« Avancer vers Soi par la Voix »

Animation : Aline Ducarin

« Prévoir une tenue confortable et un tapis de sol & Chacun peut apporter un texte, un chant, un discours, ... (facultatif) »

Samedi 18 Mai 2024 - JOUR 1 de la Formation

9h00

▶ Accueil : Installation

▶ Présentation du groupe

▶ Identifier en conscience son appareil vocal

9h30 – 12h30 (13h)

▶ Expérimentations du souffle

▶ Situer et Reconnaître sa Voix dans l'ensemble de son corps

▶ Évaluer l'impact de notre voix sur notre entourage

12h30 – 14h00

▶ Pause Déjeuner et Papotage autour du stage *

▶ Émission du son et sa vibration

▶ Particularités de la voix

14h00 – 17h30

▶ Création en groupe autour du son vocal

▶ Mise en scène de sa voix

▶ Retours sur le stage

** Chacun apportera librement, à partager ou pas, de quoi se restaurer le temps du Midi.*



PROGRAMME STAGE

« Avancer vers Soi par la Voix »

Animation : Aline Ducarin

« Prévoir une tenue confortable et un tapis de sol & Chacun peut apporter un texte, un chant, un discours, ... (facultatif) »

Dimanche 19 Mai 2024 - JOUR 2 de la Formation

9h00

▶ Accueil : Installation

▶ La relaxation et la Voix

▶ Exercices Vocaux guidés par les sons du piano

9h30 – 12h30 (13h)

▶ Développement de la richesse de son identité vocale

▶ Construction de son utilisation

▶ Adaptation de son potentiel vocal pour être entendu

12h30 – 14h00

▶ Pause Déjeuner et Papotage autour du stage *

▶ Conscience guidée du corps instrument de la voix

▶ Expérimentation de la voix chantée ensemble

14h00 – 17h30

▶ Mise en situation du Corps Voix dans l'action quotidienne

▶ Récolte d'Outils faciles et pratiques face à sa problématique

▶ Retours sur le stage

** Chacun apportera librement, à partager ou pas, de quoi se restaurer le temps du Midi.*