



Stage de Voix et Mouvement

du 6 au 10 août 2018 en Belgique

Se déployer avec Voix et Mouvements...

Se donner le temps d'être dans la présence à soi et son environnement... Explorer son espace interne pour situer ses repères et s'ajuster à son intention. Et s'ouvrir à son espace externe, y découvrir ses appuis pour moduler la tonalité et l'ampleur de nos sons et silences, la détente et l'expression de nos gestes et attitudes. Enrichir sa créativité personnelle et collective. Vibrer et développer la contenance de cette expansion.

Ce stage ouvert à tous proposera :

- * **Des ateliers d'eutonnie Gerda Alexander** : pratique corporelle accessible à tous basée sur la recherche de la tension juste pour s'harmoniser au mieux dans le mystère de son unité et le respect de ses possibles. Elle permet de se régénérer, de découvrir ses propres ressources.
- * **Des ateliers Corps et Voix** : exploration de la voix adaptée à chaque personne de façon à apporter un bien-être dans la pratique artistique et dans le corps : respirations, technique vocale, explorations des résonances corporelles, improvisations vocales dirigées, apprentissage de chants collectifs variés.



Intervenantes

Marie-Louise Lejeune : Eutoniste Gerda Alexander

Hélène Wiltz : Chanteuse et pédagogue de la voix

Informations pratiques :

Du 6 août 2018 (11h30) au 10 août 2018 (16h)

Lieu du stage : Regniessart (Viroinval) au coeur de la nature dans un beau cadre arboré
Gare SNCF de Couvin, navette possible jusqu'au lieu du stage (défraiement à prévoir).

Frais (hébergement, animation, pension complète avec nourriture bio goûteuse) : **630 euros**

Hébergement en chambre double (en chambre individuelle supplément de 10 euros par nuit)

Graines de Sons • 06 19 30 88 76 •
contact@grainesdesons.fr • www.grainesdesons.fr