



# VOIX EN MOUVEMENT

## Atelier basé sur la voix et la technique F.M.Alexander

HIVER – PRINTEMPS 2018

### DESSCRIPTIF DU COURS

Lors de cet atelier nous allons explorer la voix et le souffle au travers de notre corps en mouvement. L'air circule et vit en nous. Comment jouer avec notre voix et notre corps? Comment trouver notre propre soutien, celui qui permet à la voix d'être libre?

C'est par l'observation de la respiration et la résonance de la voix, que nous découvrirons les mécanismes globaux qui permettent une émission libre.

En explorant les différents systèmes de notre corps, comme les systèmes organique, musculaire, nerveux etc, par la technique Alexander, nous allons comprendre la fonction de soutien et développer notre proprioception.

*Ce travail est destiné à toute personne souhaitant aller à la découverte de sa voix parlée et/ou chantée, chaque voix étant unique!*

### QUI SOMMES NOUS?

**Elodie Favre** : chanteuse lyrique, professeure de chant et naturopathe. S'intéresse au travail vocal en lien avec le travail corporel. Au travers de son enseignement, elle prend conscience du besoin de connaissance et d'appropriation du corps, d'où la pertinence de sa rencontre avec la technique Alexander et Tine.

**Tine Gherardi** : professeure de technique Alexander et danseuse. Étant amenée à travailler avec des artistes ou des personnes utilisant leur voix dans le domaine professionnel ou privé, elle a développé des outils afin de les soutenir dans le bon usage de leur voix et de leur corps.

### DATES

2 sessions de 8 h chacune, les samedis de 13 h à 17 h 30 (30 min. de pause)  
session 1 : samedi 27 janvier et samedi 3 mars (8 h)  
session 2 : samedi 21 avril et samedi 26 mai (8 h)

### THÈMES

- colonne vertébrale / respiration
- nuque / tête / diaphragme
- jambes / bassin / plancher pelvien
- ceinture scapulaire / bras / cage thoracique
- globalité et synthèse

### LIEU

Rte de Genève 72  
1028 Préverenges

### PRIX

320.- la session de deux samedis  
Renseignements et inscription  
Elodie ou Tine  
Elodie : 079 397 77 78, favre.elodie@gmail.com.  
Tine : 076 425 52 23, tine@techniquealexander.biz.

Pour plus d'informations sur les intervenantes :  
[www.techniquealexander.biz](http://www.techniquealexander.biz)  
[www.atempy.ch](http://www.atempy.ch)  
[www.elodiefavre.com](http://www.elodiefavre.com)