

# « Libérer sa Voix et son Corps »

## Apprendre à chanter et à respirer

### Se perfectionner

La voix – quel merveilleux instrument !  
Quel plaisir de s'exprimer, d'expérimenter  
en chantant et de se (re)découvrir ainsi  
des possibilités insoupçonnées,  
qui nous amènent à un plus grand épanouissement  
dans la vie de tous les jours  
grâce à la rencontre de soi-même et des autres.

**Samedi 17 octobre 2020**

de 14h à 19h

**et Dimanche 18 octobre 2020**

de 10h à 17h30

À

**LAGRAULET St Nicolas 31 480**

À 1h de Toulouse

[www.perspective31.fr](http://www.perspective31.fr)

**Animatrice :**

**Cornélia Lesauvage-Kopp**

<http://chant-art-therapie.e-monsite.com>

07 81 23 25 16

[cornelia.lesauvage@gmail.com](mailto:cornelia.lesauvage@gmail.com)

## Je vous propose de :

Découvrir la beauté et la puissance de votre voix

Apprendre à placer votre voix

Libérer votre respiration et vous détendre

Expérimenter le « chant intuitif »

Apprendre des « chants du monde »

Vivre le rythme avec votre corps

Découvrir les résonateurs de votre corps

Rire, « lâcher prise », faire émerger et exprimer votre chant intérieur grâce  
à des exercices simples et ludiques dans une ambiance bienveillante  
et chaleureuse.

**Aucune pratique du chant ou du solfège n'est nécessaire.**

**Possibilité de dormir sur place : [gthomasmemoire@orange.fr](mailto:gthomasmemoire@orange.fr)**

Si pas de réponse, envoyer un SMS à Marie-Geneviève au 06 11 09 17 10

**Prix du stage pour les 2 jours : 90 €**

+5€ adhésion à l'assoc. « Perspective 31 » (à payer sur place)

Le bulletin d'inscription est à renvoyer  
accompagné d'un chèque d'arrhes de 50 €,  
(à l'ordre de Cornélia Lesauvage)

à Cornelia Lesauvage, 170 chemin des Combeaux,  
26400 PIEGROS-LA-CLASTRE

(le chèque est encaissé après le stage et  
non-remboursable à partir du 3 octobre 2020)

Quelques jours avant le stage , vous recevrez les détails pratiques par mail.

✂

**BULLETIN D'INSCRIPTION** au stage de chant des 17 et 18 octobre 2020

Nom..... Prénom.....

Adresse.....

.....

Tel. : .....Port. : .....

E-Mail.....

