

# « Libérer sa Voix et son Corps »

## Chant du monde

Je vous invite à découvrir le plaisir de jouer avec sa voix et d'explorer ses possibilités insoupçonnées, dans une ambiance bienveillante.

Nous voyagerons avec des chants du monde en polyphonie et aborderons "le chant spontané" et des impros simples. Je vous donnerai des outils nécessaires pour poser votre voix. Ceux qui le souhaitent peuvent apporter un chant à "travailler", pour s'exercer dessus.

Jouer et improviser avec sa voix renforce l'assurance et la confiance en soi.

La voix et le corps nous mettent en contact avec notre élan de vie, nos émotions et notre intuition et nous font découvrir notre richesse intérieure. La voix devient la voie, une ouverture aimante avec soi-même et les autres. Nous pouvons ainsi nous sentir "libre" et vivre le chant pleinement.

*du Vendredi 30 septembre 2022*  
à 20h30

*au*

*Dimanche 2 octobre 2022*

*Jusqu'à 17h*

*À*

*L'Arche de St. Antoine*

*38 160 St. Antoine l'Abbaye*

*(entre Valence et Grenoble)*

*Renseignements et inscription :*

*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, «âcher 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.*

**Concernant votre hébergement et vos repas je vous envoie un lien pour réserver auprès de l'Arche**

**Tarif pour la pédagogie : 120 €**

*(si petit budget, merci de me contacter)*

Le bulletin d'inscription est à renvoyer

accompagné d'un chèque d'arrhes de 60 €,

*(à l'ordre de Cornélia Lesauvage)*

à Cornelia Lesauvage-Kopp, 170 chemin des Combeaux,

26 400 PIEGROS-LA-CLASTRE

(le chèque est encaissé après le stage et

non-remboursable à partir du 15 septembre 2022)

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

✂

**BULLETIN D'INSCRIPTION** au stage de chant

à l'Arche St. Antoine, du 30.09 au 2.10. 2022

Nom..... Prénom.....

Adresse.....

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

E-Mail.....

