



Stage YOGA, DANSE et CHANT

DU 16 AU 20 JUILLET
2024

DE 9H30 À 17H30
AU MOULIN DE LANÇAY A QUESTEMBERT
(56)

UN VOYAGE DE 5 JOURS SUR LES CHEMINS DU CORPS ET DE LA VOIX :

Les polyphonies de tradition orale seront nos guides dans l'exploration de nos voix, technique vocale et accompagnement individuel.
Postures de yoga, visite du souffle, mouvements, temps dansés, haltes méditatives, relaxation et yoga du son soutiendront la révélation de la voix.

Coût du stage :
400€ / personne



POUR LES PERSONNES EN
DIFFICULTÉS FINANCIÈRES, ET SI
VOUS AVEZ TRÈS ENVIE DE CE STAGE,
N'HÉSITÉZ PAS À NOUS APPELER
POUR EN DISCUTER !



**ANIMÉ PAR ANNA JÉHANNO, CHANTEUSE
& EMMANUELLE OURTIGA, ENSEIGNANTE
DE YOGA**

Infos et inscriptions :

**0660117848 atelier.artouille@yahoo.fr ou
0689450873 souffleetseme@gmail.com**

AU PROGRAMME

GRACE AUX PRATIQUES DE YOGA et de DANSE :

Nous viendrons explorer et renforcer l'ancrage et la présence dans notre bassin, habiter nos diaphragmes, visiter nos appuis et ajuster nos axes.

Cette excursion embarquera nos souffles : nous visiterons ce qui permet de les rendre plus conscients, souples et amples et leur lien intime avec nos mouvements et nos sensations.

A travers ses moments corporels, l'idée est de redécouvrir une autre manière d'être au monde dans notre matière corps, d'oser être encore plus soi-même, de se révéler.

LES POLYPHONIES DE TRADITION ORALE SERONT NOS GUIDES DANS L'EXPLORATION DE NOS VOIX :

Comment sonner ensemble en cherchant différentes couleurs vocales ?

Nous alternerons la recherche de l'expression spontanée, intimement liée à nos corps, avec de la technique vocale (résonateurs, recherche du twang), de l'anatomie de la voix.

Des temps en demi-groupes seront réservés à un travail individuel. Vous pouvez amener un chant à explorer !



LES INTERVENANTES :

Anna Jéhanno

Chanteuse, passionnée par la voix et son façonnage culturel, je me suis nourrie des enseignements du Roy Hart Théâtre, des techniques vocales dans le chant populaire auprès d'Emmanuel Pesnot, de différentes formations vocales et corporelles.

J'ai côtoyé et co-organisé des rencontres d'assemblées chantées, notamment autour du chant de tradition orale (occitan, italien, géorgien, breton, afropéen...etc) et du chant social.

Afin d'élargir mon écoute et mon regard à différents styles musicaux, j'ai suivi la formation d'Emmanuelle Trinquesse de 'professeure de technique vocale en musiques actuelles'.

Je propose une approche sensitive de la voix en alternance avec des pratiques et explications techniques, dans une ambiance à la fois ludique et sérieuse.

Je fais partie du groupe « solomalé ».

J'interviens sur différents stages seule ou en collaboration (technique alexander, yoga) coachings, et cours individuels.

Emmanuelle Ourtiga

Passionnée par le corps et par le fait "d'être". Aventurière des pratiques permettant de se sentir de plus en plus vivant.e.s, présent.e.s, à la fois engagé.e.s et libres, et surtout en lien avec soi, les autres êtres et tout ce qui nous entoure...

Enseignante de yoga intégral

Formée en hatha yoga depuis 2011, yoga du son avec Denis Fargeot, yoga sans dégât avec Bernadette de Gasquet, Tantra femme avec AmarayaTantra

Yoga et ayurvéda avec l'école YOGAMRITA

Praticienne en Maieusthésie, en formation de danse-thérapie avec benoît LESAGE

QUESTIONS PRATIQUES :

Public : pour 10 personnes

Horaires : RDV MARDI 16 Juillet à 9h30.

Fin Samedi 20 Juillet 24 à 17h

Coût du stage :

400€ / personne

prix soutien : 440€*

*pour les personnes en difficultés financières,
et si vous avez très envie de ce stage,
n'hésitez pas à nous appeler pour en discuter
!*

**le prix de soutien peut permettre aux
personnes qui ont des moyens limités, de
participer au stage.*

*Une cuisine sera à disposition les midis et les
soirs pour préparer vos repas .*

*Possibilité de camper sur place : 10
euros/nuit*