

BULLETTIN D'INSCRIPTION

(à découper et à renvoyer à L'Atelier Vocal
25, rue du doyen 69005 - LYON avant le 27 février 2010)

NOM :

PRENOM :

TEL :

COURRIEL (à défaut adresse postale) :

Chanteur confirmé - chanteur débutant
(rayer mention inutile)

Si je suis chanteur confirmé, je dois choisir un chant
à travailler pour le stage avant le 2 mars 2010.
Je souhaite qu'un liste de chants me soit
communiquée pour orienter mon choix :

OUI - NON (rayer mention inutile)

Je m'inscris au stage du 13-14 mars 2010 et je verse
100 € - 75 € (rayer mention inutile) remboursable
seulement en cas de force majeure (chèque à l'ordre
de LESCA Laurent). Mon chèque sera encaissé à
l'issue du stage.

DATE

SIGNATURE



MODALITES PRACTIQUES

- ◆ **Horaires** : samedi 14h-20h - dimanche 10h-18h
(*pause pique-nique d'une heure*)
 - ◆ Pas de niveau pré-requis
 - ◆ Effectif : 8 à 12 stagiaires
 - ◆ Tarif : 100 € (Participants à l'Atelier Vocal : 75 €)
- Pour inscription et renseignement, s'adresser à :**
LESCA Laurent Tél : 04 72 73 39 34 - 06 03 68 63 23
contact@atelier-vocal.fr www.atelier-vocal.fr
BOISSIN Jean-Bernard Tel : 06.88.58.10.13 - 09.54.33.76.00
contact@sophropratic.com www.sophropratic.com



TECHNIQUE
VOCALE
GESTION
EMOTIONNELLE



avec
Laurent LESCA
Jean-Bernard
BOISSIN

13 et 14
mars 2010

www.atelier-vocal.fr

- Séances de sophrologie pour rechercher un état de bien-être, apprendre à évacuer les tensions physiques et appréhender positivement le chant en public.
- Chant individuel et collectif accompagné à la guitare ou a capella
- Travailler sa capacité de concentration.

Chanteurs débutants

- Découverte des possibilités de sa voix, recherche de résonances, travail sur le lien entre souffle et voix.
- Apprentissage d'un chant collectif autour d'une intention commune. S'appuyer sur le groupe pour prendre confiance en soi.

Chanteurs confirmés

- Présentation d'un chant individuel choisi pour sa relation avec un vécu personnel et positif.
- Travail des ressentis liés à ce choix pour les mettre au service du chant.
- Repérer ses tensions, ses résistances, leurs conséquences lors d'un chant en public et apprendre à les gérer.
- Expression d'intentions personnelles lors d'un chant en public



Le stage sera adapté aussi bien à des chanteurs confirmés qu'à des débutants ! (2 groupes de travail)

LE PLAISIR PHYSIQUE DU CHANT ASSOCIE AUX RESSOURCES EMOTIONNELLES POSITIVES DE SOI !



Formateurs

Laurent LESCA

Formateur sur la voix depuis 1989, titulaire de l'Agrégation d'éducation musicale, créateur de l'Atelier Vocal (Lyon 5è) en 2001. De formation classique, il s'intéresse depuis une vingtaine d'années à tous les types de techniques vocales.

Jean-Bernard BOISSIN

Sophrologue praticien, activité libérale à Lyon 9ème, Master de psychologie université Lumière Lyon 2. Intervenant en sophrologie autour d'ateliers de gestion du stress, d'initiation à la sophrologie, cours collectifs hebdomadaires, suivis individuels.

Une liste de chansons pour orienter le choix du chanteur confirmé sera communiquée sur simple demande.

Chaque participant partira avec un fascicule récapitulant les exercices proposés.



Chant et sophrologie

L'Atelier VOCAL



TECHNIQUE
VOCALE
GESTION
EMOTIONNELLE

avec
Laurent LESCA
Jean-Bernard BOISSIN