

# PÉDAGOGIE

Travail corporel

« Ce que nous sommes et ce que nous vivons s'expriment toujours par notre corps »

Les stages forment un tout : travail corporel, ateliers d'expression et vie de groupe. L'objectif est de créer un état de détente et de disponibilité favorable à une qualité de relation et d'expression.

Par l'écoute des sensations corporelles, on apprend à se détendre, à maîtriser sa respiration, à accorder sa structure corporelle donc à vivre mieux avec plus d'aisance et de souplesse. La référence aux lois du vivant guide la pratique : verticalité, centre, enracinement, rythme, mouvement. Tout est lié.

## .....Les animateurs

### Catherine OULANIER

Psychomotricienne DE et peintre. Elle intervient aussi au sein de l'association Art'Zygote.  
Blog : [www.catherine-oulanier.com](http://www.catherine-oulanier.com)

### Jean-François ROBINEAU

Psychomotricien DE, chef de chœur, chanteur, il anime des ateliers vocaux et corporels.  
Contact : [jean-francois.robineau@orange.fr](mailto:jean-francois.robineau@orange.fr)

### Emmanuel PESNOT « luthier des voix »

Coach vocal, chef de chœur et chanteur, formé au lyrique, « musiques actuelles » et chants du monde.  
Contact : <https://emmanuelpesnot.com>

### Laetitia ESCALIER

Danseuse, pédagogue D.E. Danse contemporaine. Responsable artistique de l'association Art'Zygote.  
Contact : [www.artzygoteasso.org](http://www.artzygoteasso.org)

### Catherine BOULLENGER

Psychomotricienne DE et danseuse.  
Contact : [www.ateliercorporel.sitew.com](http://www.ateliercorporel.sitew.com)

## Modalités PRATIQUES

Vous inscrire par téléphone, courrier postal ou mail : précisez vos noms, coordonnées et choix de stage.

Les inscriptions sont enregistrées après versement des arrhes par ordre d'arrivée : 20 € pour le week-end et 60 € pour les stages. Le tarif réduit s'adresse aux chômeurs et aux étudiants (nous consulter).

Le complément du stage sera versé au plus tard à l'arrivée.

En cas de désistement de dernière minute (moins de 10 jours avant le stage), les arrhes sont conservées par l'Association.

Une lettre de confirmation avec les modalités pratiques de chaque stage vous sera envoyée avec le plan si nécessaire.

L'hébergement se fait sous tente ou chez l'habitant.

Les adultes le désirant peuvent réserver une chambre sur place ou dans les environs moyennant un supplément.

### Agrément formation

La formation continue peut prendre en charge les stages. Nous contacter à l'avance.

### Association l'Atelier corporel

« Sablas » 47340 HAUTEFAGE LA TOUR  
Tél : 05.53.49.31.24 et 06 38 79 54 96  
[ateliercorporel47@orange.fr](mailto:ateliercorporel47@orange.fr)  
[www.ateliercorporel.sitew.com](http://www.ateliercorporel.sitew.com)

# l'Atelier Corporel



## STAGES D'ÉTÉ

« SABLAS » HAUTEFAGE LA TOUR 2019

> DESSIN ET PEINTURE 2 JOURS

> LE GESTE VOCAL 5 JOURS

« Donner du corps à la voix »

> DANSE ET RESPIRATION 4 JOURS

# PRÉSENTATION DES STAGES

## DESSIN ET PEINTURE 2 JOURS

**SAMEDI 29 JUIN**  
DE 9 H 30 À 17 H 30  
ET

**DIMANCHE 30 JUIN**  
DE 9 H À 17 H

avec Catherine Oulanier

**TARIF : 110 €**  
(réduit : 88 €)  
+ 10 € d'adhésion  
à l'association



Peinture de Catherine Oulanier

Catherine Oulanier, propose un week-end de dessin/peinture par une approche corporelle sensible : travail corporel et improvisation/ajuster sa structure corporelle et développer une attitude propice à la création. Jouer du pinceau, poser le regard et laisser place à l'inattendu dans un dialogue avec ce qui se trame sur la feuille.

Le matériel est compris dans le prix du stage. Ce stage s'adresse à toutes et à tous.

## LE GESTE VOCAL 5 JOURS

« Donner du corps à la voix »

**DU MARDI 23 JUILLET À 18 H**

**AU DIMANCHE 28 JUILLET À 17 H 30**

avec Jean-François Robineau  
et Emmanuel Pesnot « luthier des voix »

Ce stage s'adresse aux amateurs et professionnels. Dans le geste vocal, le chanteur est engagé des pieds à la tête.

L'approche psychomotrice se centre sur les moyens mis en oeuvre dans l'action, tandis que le luthier des voix prend ses repères dans le timbre émis par le chanteur.

**TARIF : 320 €**  
(réduit : 270 €)  
+ 10 € d'adhésion  
à l'association  
Tarif pro 480 €  
(nous contacter)

Lors de ce stage, nous ferons des allers-retours constants entre les perceptions auditives et proprioceptives, complétés par un éclairage anatomique pour relier sensation et représentation.

Puis, en appliquant à une chanson commune ou individuelle, on s'efforcera d'aller vers l'attitude juste, dans laquelle le chanteur, attentif au résultat et aux moyens engagés, accueille les sensations, délaisse l'analyse et l'intellectualisation pour devenir acteur et auditeur du miracle de sa propre voix...

Travail en grand groupe et en demi-groupes.



## DANSE ET RESPIRATION 4 JOURS

**DU JEUDI 1<sup>er</sup> AOUT**  
À 9 H 30

**AU DIMANCHE 4 AOUT**  
À 17 H

avec Laetitia Escalier  
et Catherine Boullenger

**TARIF : 160 €**  
(réduit : 128 €)  
+ 10 € d'adhésion  
à l'association

Ce stage portera sur la pratique du travail corporel et de la danse. Il n'est pas nécessaire d'avoir déjà une pratique de danse. Par des explorations et des exercices simples, seul, à deux ou en groupe nous aborderons : le poids, l'espace, le temps, le flux et le rythme.

« Se relier à ses sensations propres, au mouvement de sa respiration, à un accordage du tonus musculaire, devenir plus disponible et présent... S'élancer avec confiance dans le mouvement, laisser surgir (venir) la danse... partager, improviser, créer... »

« Comment être à l'écoute dans ce qui se crée dans l'instant »