

STAGE QI GONG & CHANT

Éveil énergétique et sonore du corps-instrument

à Bois Gérard du lundi 14 juillet au vendredi 18 juillet 2014

avec **Joëlle STEMPFEL VACUS**, **Valentina VITALE** et **Alexandre DELAOUTRE**

Le Qi Gong est une des pratiques les plus appropriées pour développer le potentiel vocal car il permet de ressentir la circulation de l'énergie dans le corps qui est intimement liée à la circulation du son dans le corps. Il travaille en profondeur sur la colonne et le bassin, développant ancrage, espace intérieur et étirement, ce qui est fondamental pour le chant.

Joëlle STEMPFEL-VACUS est maître en médecine chinoise, Reiki et Qi Gong.

Elle a spécialement conçu pour ce stage un programme qui stimule le travail de la voix.

De nombreux maîtres de qi gong incluent des exercices sonores car le son apporte beaucoup à la pratique. La démarche qui consiste à concentrer une pratique sur les mouvements les plus bénéfiques pour la voix est peu habituelle et pourtant passionnante pour toutes les personnes qui s'intéressent au chant.



Valentina VITALE a elle-même été fortement nourrie par le qi gong dans son approche de la voix. De 20 à 30 ans, elle a pratiqué quotidiennement le qi gong en parallèle avec d'autres arts martiaux (yoga, tao yin fa, kung fu). Ces pratiques lui ont permis de comprendre la géographie corporelle sous un jour tout à fait nouveau et, en mélangeant chant et qi gong, de créer des exercices qui se sont avérés très efficaces pour conscientiser ce qu'elle appelle le corps-instrument.

Alexandre DELAOUTRE pratique également le qi gong depuis de nombreuses années car cela aiguise sa conscience de la structure aussi bien corporelle que rythmique, mélodique et harmonique. Le qi gong lui apporte également une fluidité précieuse pour le chant et le jeu des instruments qu'il pratique.

Valentina VITALE et Alexandre DELAOUTRE, tous deux chanteurs et compositeurs avec plus de vingt ans de métier, ont épaulé Joëlle VACUS dans la conception de son programme en rapport avec la voix. Ils vous donneront les outils nécessaires pour développer le potentiel de votre corps-instrument, conscientisé et vivifié par le qi gong.

Le corps est un merveilleux instrument qui ne demande qu'à chanter !

PROGRAMME DU STAGE

	Lundi 14 juillet	Mardi 15 juillet	Mercredi 16 juillet	Jeudi 17 juillet	Vendredi 18 juillet
9h - 10h		Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner
10h - 11h		Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong
11h - 12h		Qi Gong / Voix	Qi Gong / Voix	Qi Gong / Voix	Voix
12h - 13h		Voix	Voix	Voix	DEPART
13h - 14h		Déjeuner	Déjeuner	Déjeuner	
14h - 15h		Pause	Pause	Pause	
15h - 16h					
16h - 17h	ARRIVEE	Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong	
17h - 18h	Accueil	Voix	Voix	Voix	
18h - 19h	Présentation personnes				
19h - 20h	Dîner	Dîner	Dîner	Dîner	
20h - 21h	Présentation programme	Cercle sonore	Cercle sonore	Cercle sonore	
21h - 22h	Cercle sonore				

Alterner les séances de qi gong, de mise en vibration sonore et de chant, selon les aptitudes de l'ensemble des participants, dans le but de :

- mémoriser des mouvements simples de qi gong qui favorisent le travail de la voix
- visualiser la structure du corps-instrument
- expérimenter son fonctionnement
- intégrer les outils concrets qui permettent de redonner au corps sa dimension sonore et de développer pleinement son potentiel vocal.

TARIFS : Enseignement : 240 € / Hébergement en pension complète : de 180 € à 300 € selon l'hébergement choisi.