



STAGE DE TECHNIQUE VOCALE Animé par KOCO

THEME « DE L'ÉCHAUFFEMENT A LA RECUPERATION VOCALE »

Objectifs du stage :

- Fournir une meilleure connaissance et utilisation de son appareil vocal
- Permettre une prise de conscience de la manière dont on utilise sa voix :
Avant – Pendant et Après son chant.
- Pratiquer des exercices **de technique vocale** d'échauffement et de récupération efficaces au profit d'un geste **sain équilibré et sans forçage**
- **Se mettre en situation** pratique d'exercices et de chant
- Apprendre à **prendre soin de sa voix** (Hygiène vocale – éviter la Fatigue et le surmenage vocale)

Au programme:

- **CONNAITRE SA VOIX : Les 5 SPHERES DU GESTE VOCAL**
- **APPREHENDER LES NOTIONS DE FATIGUE ET SURMENAGE VOCAL (CONSEILS D'HYGIENE VOCALE)**
- **PREPARER LE CORPS –LE MENTAL ET LA VOIX AVANT LE CHANT**
- **ACTIVER SES RESONNATEURS ET SES ARTICULATEURS POUR EVITER LE FORCAGE VOCAL**
- **SE METTRE EN SITUATION DE CHANT**
- **RECUPERER ET REPOSER SA VOIX APRES LE CHANT**

Pré-requis :

- Pratiquer le chant
- Venir avec un chant à présenter (Se munir d'un audio ou d'une bande son qui accompagnera le chant)
- Venir avec une tenue confortable, de quoi prendre des notes, une bouteille d'eau et de quoi s'enregistrer et avec son propre micro ou Un pop up

LIEU : L'ÉCHONOVA St AVE

HORAIRES : 14H-18H

TARIF DU STAGE : 45 € 12 participants Maximum

Inscription obligatoire auprès de l'ÉCHONOVA

1

A PLEINE VOIX. cours de chant-Coaching – Stages - Organisme de formations
Professionnelle SIREN 5373999 33 NDA : 53560961356 apleinevoix.fr