



STAGE THÉÂTRE YOGA

PROPOSÉ PAR CÉLINE GIRARDEAU

SAMEDI 7 DÉCEMBRE DE 13H À 18H

accueil dès 12h30

DIMANCHE 8 DÉCEMBRE DE 10H À 17H

accueil dès 9h30 et pause déjeuner 12h30/13h30

AU FIL ROUGE 30 CHEMIN DES COTEAUX DE RIBRAY À NIORT

Tarifs de 75 € à 95 € selon le quotient familial + adhésion 20 €

IL RESTE QUELQUES PLACES

Ou comment ces deux pratiques peuvent se nourrir l'une l'autre.

Aucun objectif de production dans ce stage : pour les comédien-nés, ce sera l'occasion de travailler son jeu d'acteur-ice à la lumière du yoga, et pour les yogi-s, l'opportunité de découvrir le jeu théâtral dans un espace joyeux et sans enjeu de résultat.

RENSEIGNEMENTS AU 05 49 73 53 17

accueil@compagnie-chaloupe.com

www.compagnie-chaloupe.com

LA CHALOUPPE



Théâtre du lien

Stage Théâtre et Yoga

Encadré par Céline GIRARDEAU

Contenu :

Où comment ces deux pratiques peuvent se nourrir l'une l'autre.

Céline Girardeau est comédienne professionnelle depuis 20 ans. Elle débute le hatha yoga (yoga postural traditionnel) il y a environ 15 ans, d'abord comme une technique d'échauffement et d'assouplissement complémentaire à la pratique de la danse contemporaine, puis en cours hebdomadaire régulier. Progressivement, elle découvre la dimension méditative et philosophique du yoga, et se forme à l'EFYO (école française de Yoga de l'ouest d'Angers) pour devenir enseignante et approfondir sa pratique. Toujours amoureuse du jeu théâtral, elle souhaite explorer les liens entre ses deux passions : comment le yoga peut permettre au comédien ou à la comédienne de travailler sa présence, sa concentration, son lâcher-prise, et comment le jeu théâtral apporte au yogi créativité et liberté.

Nous commencerons les journées par un cour de yoga accessible à tous et toutes.

Puis, je proposerai des jeux, expérimentation, pour explorer sa conscience du corps, sa relation aux partenaires, le mouvement libre, l'imagination.

L'après-midi sera consacré au travail du jeu d'acteur-ricer autour des émotions, de la présence à soi et à l'autre, la parole comme prolongement du corps, avec un objectif de sincérité et de simplicité. Nous alternerons ces temps d'improvisations guidées avec des courtes séquences de postures de yoga et d'assise pour se recentrer et se reconnecter à soi.

La journée s'achèvera sur un temps d'échange.

Aucun objectif de production dans ce stage : pour les comédien-nes, ce sera l'occasion de travailler son jeu d'acteur-ice à la lumière du yoga, et pour les yogi-s, l'opportunité de découvrir le jeu théâtral dans un espace joyeux et sans enjeu de résultat.

Participant-es :

Ouvert à tout-e comédien-ne amateur-e et yogi-s curieux-se de se rencontrer mutuellement.

Minimum 8 personnes

Dates & Horaires :

Samedi 7 décembre 2024 de 13h à 18h

(accueil dès 12h30)

Dimanche 8 décembre 2024 de 10h à 17h

(accueil dès 9h30 / pause repas de 12h30 à 13h30)

Lieu :

Le Fil Rouge – 30 chemin des coteaux de Ribray – 79000 NIORT

Tarifs :

Quotient familial	QF 1/2	QF 3/4	QF 5/6	QF 7/8	QF 9/10	QF 11/12
Tarif	75 €	75 €	85 €	85 €	95 €	95 €

+ adhésion à La Chaloupe : **20 €**

Infos et Résa :

05 49 73 53 17

accueil@compagnie-chaloupe.com