

le corps qui chante

Samedi 3 Mars et Dimanche 4 Mars 2018



Découvrir sa voix à travers le mouvement...

Par des mouvements qui mettront en relation les articulations, vous libérant des tensions musculaires, vous rencontrerez des espaces en vous dans lesquels le vibrant de votre voix révélera votre résonateur: **votre cathédrale osseuse!**

C'est l'image de soi qui se retrouvera colorée, adoucie, présente, laissant le calme et le silence intérieurs habiter le ventre pour glisser le long des jambes et **solidifier vos appuis** tranquilles, puissants, stables.

Donner sa voix c'est d'abord la laisser naître en soi, c'est la découvrir, c'est se libérer de ce qui l'empêche de s'épanouir.

Son énergie vous remplira lorsque les barrières des peurs, des mal-être, inscrits dans vos épaules, votre langue, vos yeux, votre bouche, votre poitrine, votre bas-ventre se seront épanouis pour la **découverte d'un potentiel intérieur**, toujours présent depuis votre première seconde sur terre.

En plongeant profondément dans le tracé intérieur des mouvements simples- souvent issus de l'apprentissage de votre petite enfance- **vous vous découvrirez une belle voix, profonde et puissante.**

MICKAELLE ACKE : praticienne Feldenkrais (depuis 1991) et assistante -formateur (depuis 2003).

Elle est avant tout artiste (peinture, chant, piano, écriture) et considère ses cours comme des créations dont ses élèves sont les acteurs, les pinceaux, les couleurs, la plume.

Depuis 1989, elle suit des stages et des post- formations avec François Combeau, à l'origine orthophoniste, devenu formateur Feldenkrais. Ses cours sont entièrement imprégnés par son enseignement. Il lui a donné le goût de la rencontre avec le Soi à travers la voix!

Elle est soliste depuis dix ans dans une chorale de Gospel.



À Chamonix

Tarif : 120€ - Arrhes 60€ à l'inscription

Renseignements :

Valérie Bellenger-Dodat

06 07 11 14 83 valerie.feldenquoi@wanadoo.fr