

« Accueillir sa voix dans l'instant »

Atelier la voix et le corps
Animé par Anne Sophie Masson
Approche Roy Hart

Mercredi 29 juillet 2026
Festival du conte de Carnac



Les objectifs

- § Ouvrir le corps et le souffle
- § Vous connecter à vos sensations corporelles, développer votre ressenti et votre présence
- § Élargir la palette de votre voix : projection, timbres, couleurs, résonance, parlé-chanté, registres...
- § Improviser avec votre voix autour de l'imaginaire et des émotions et explorer de nouveaux chemins de souffles, de corps, de voix en solo ou à plusieurs pour exprimer des ambiances sonores et corporelles.
- § Lâcher-prise, Oser, laisser place au hasard, à l'imprévu, au spontané, aux surprises.
- § Développer votre propre écoute
- § Chanter avec confiance en prenant votre place dans le groupe dans le plaisir de partager et de donner.

Le contenu

- § Exercices corporels, relaxation, ancrage, percussion corporelle...
- § Ouverture de la respiration et échauffement vocal
- § Jeux vocaux, improvisations individuelles ou collectives, travail sur l'imaginaire
- § Apprentissage d'un chant simple

Anne Sophie Masson

- § Professeur de voix certifiée du Roy Hart, Centre Artistique International sur la voix
- § Musicienne
- § Chanteuse,
- § Comédienne
- § Musicothérapeute

Anne Sophie propose des cours et ateliers collectifs ou des cours individuels autour de la voix et du corps selon les demandes. Elle accompagne et aide les personnes à faire émerger leur propre potentiel vocal.

Qu'est-ce que le *Roy Hart* ?

Le *Roy Hart Theatre* est renommé depuis plus de 40 ans pour le travail unique et original qu'il mène dans le domaine de l'expression corporelle et vocale.

Il permet notamment l'extension des registres de la voix.

Il puise ses racines dans les recherches d'Alfred Wolfsohn et de Roy Hart sur les liens existants entre la voix, la psyché, l'âme, les émotions et le corps.

L'approche du chant que propose le *Roy Hart Theatre* est **physique et stimulante**.

Ce travail se situe au carrefour de la technique vocale, du développement personnel, de l'expression et du jeu théâtral. Il concerne les chanteurs, les comédiens, les enseignants, mais aussi tous ceux qui veulent sortir des sentiers battus, développer confiance et estime de soi et découvrir leur voix. Sans jugement ni compétition, chacun avance à son rythme, soutenu par le groupe.

« Je vis en inspirant et en expirant.

Je chante en transformant ce souffle en son, ce son qui, à son tour, forme la matière de l'âme ».

Pour en savoir plus : www.roy-hart-theatre.com

Informations pratiques

Tenue

Prévoir une tenue souple pour le travail corporel. Pas de jean qui serre le ventre.

Nous travaillons sans chaussures : pieds nus, en chaussons de danse ou en chaussettes.

Lieu - Horaires – Tarif

Espace culturel Terraqué – 26 rue du tumulus Carnac

9h30/13h - 14h30/16h30

Tarif : 70€ par personne

Public

Adultes aucun pré requis n'est nécessaire

12 personnes maximum

Déjeuner : Prévoir son pique-nique pour le midi

Renseignements et Inscription

Association conte d'ici et d'ailleurs

iciailleurs56@gmail.com - 06 89 10 92 43

<https://apmcarnac.wixsite.com/festivalcontecarnac>