MICRO-STAGE
« MOUVEMENT, VOIX ET SOPHROLOGIE»

Un stage de 4 heures un samedi, pour chanter et mieux réguler le trac.

JE FAIS CE STAGE POUR :

- Explorer des liens entre le corps, le mouvement et la voix, de manière sensible et ressentie
- Faire l'expérience de pratiques de détente pour faciliter l'aisance sur scène et la relation avec le public.
- Découvrir la sophrologie pour avoir une meilleure conscience de mon corps et mieux réguler le trac
- Pratiquer une mise en mouvement progressive, en douceur et en accord avec la physiologie de chacun.e pour trouver une tonicité adaptée au chant et à la scène
- Explorer librement mon souffle et ma voix comme une matière en mouvement reliée au corps

QUELS SONT LES AVANTAGES DE CE STAGE ?

- Découvrir des appuis corporels qui soutiennent la pratique du chant et l'aisance scénique
- Explorer le travail en groupe dans un cadre bienveillant et sans jugement
- Découvrir une approche originale qui allie pratiques de conscience corporelle, voix et sophrologie
- Faire l'expérience d'un temps pour soi dans une qualité d'écoute de soi et des autres

INTERVENANTE

ALBANE AUBRY *(Danseuse, chanteuse, sophrologue)*

MON PARCOURS : Danseuse, chanteuse et sophrologue, j'ai une expérience professionnelle de plus de 20 ans comme artiste-interprète et dans l'accompagnement d'artistes pour la préparation à la scène.

MA PEDAGOGIE : A travers l'expérience du corps sensible et ressenti, je vous invite à traverser des pratiques qui permettent plus d'ancrage, de confiance et de liberté, en prenant appui sur la curiosité de ce qui se vit dans l'instant présent. Ma pédagogie est guidée par l'intention de favoriser la possibilité d'habiter son corps et la scène comme un « chez-soi ». Et de se rendre disponible à vivre l'expérience scénique comme un moment de partage, artistique et équilibré.

stage de 4 heures

Atelier collectif

- DATES
Samedi 25 novembre 2023

- DURÉE
de 14h00 à 18h00

- PUBLIC
Adultes, tous niveaux

- LIEU
ACP la Manufacture Chanson, 124 avenue de la République 75011 PARIS

€ - TARIF
100€ TTC - Acompte : 30€

LA MANUFACTURE CHANSON

BULLETIN D'INSCRIPTION

ATELIERS 2023 • 2024

Rendez-vous, aussi, sur la page « Formation Loisirs » de notre site internet **www.manufacturechanson.org** pour vous inscrire en ligne.

☐ Madame ☐ Monsieur

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

.....

Code postal .....

Ville .....

Téléphone .....

Email .....

Date de naissance .....

Je m'inscris à l'atelier (cocher la ou les cases de son choix) :

CHANTER ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6

S'ACCOMPAGNER ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10 ☐ 11

CRÉER ☐ 12 ☐ 13 ☐ 14

☐ **AUTRE FORMATION :**.....

Je joins à ce bulletin d'inscription un chèque d'acompte établi à l'ordre d'ACP la Manufacture Chanson d'un montant total de :

.....€

Je déclare avoir pris connaissance des modalités d'inscription et en accepter les termes et conditions. Toute activité commencée est dûe en totalité.

Date et signature : .....

124 av. de la République 75011 Paris - M°Père Lachaise
01 43 58 19 94 - acp@manufacturechanson.org
WWW.**MANUFACTURECHANSON**.ORG

RÈGLEMENT INTÉRIEUR
FORMATIONS LOISIRS

Les formations amateurs et loisirs ont pour objectifs de permettre à chacun de s'exercer à la chanson ou à ses disciplines corollaires.

LES ATELIERS

DURÉE

Les ateliers sont proposés à l'année ou au trimestre. Les stages intensif, mini, ou micro-stages, les ateliers « Formation musicale », « Monte le son » et « Ecriture » ont des formats spécifiques.

• DECOUVERTE DES ATELIERS : Du 2 au 6 octobre 2023, il est possible de tester sans engagement un ou plusieurs ateliers proposés, à l'exception des ateliers individuels. Le tarif est de 30€ pour les ateliers piano et guitare et de 40€ pour tous les autres.

• ATELIERS À L'ANNEE : 26 séances d'octobre à juin (hors vacances scolaires). Engagement à l'année, la totalité du règlement est demandée avant la 1ère séance.

Dans la limite des places disponibles, il est possible de s'inscrire en cours d'année (après accord de l'intervenant) selon le principe suivant : engagement sur la totalité des séances restantes. Paiement des coûts de formation, avant le 1er cours au prorata du nombre de séances restantes.

• ATELIERS AU TRIMESTRE : 9 séances par trimestre (hors vacances scolaires). Engagement au trimestre. Pour valider son inscription, la totalité du règlement est demandée dès la première séance. 3 sessions sont prévues durant l'année.

• AUTRES STAGES : un engagement et la totalité du règlement est demandée avant le début du stage.

DATES

Les ateliers débutent la semaine du 09 au 13 octobre 2023.

Les inscriptions sont enregistrées à partir du 1er juin 2023 dans leur ordre d'arrivée et dans la limite des places disponibles.

Une priorité d'inscription est donnée aux participants de la saison précédente jusqu'au 13 juillet 2023

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Pour veiller à la qualité de l'enseignement, la Manufacture Chanson définit, selon la durée et le contenu de chaque atelier, un nombre maximum de participants et s'engage à ne pas le dépasser.

Une formation n'atteignant pas le nombre minimum d'inscrits peut être annulée. Dans ce cas, les sommes engagées (déduction faite du nombre des séances réalisées) sont restituées aux participants.

LIEU DES COURS

ACP la Manufacture Chanson, 124 avenue de la République 75011 Paris - métro : Père Lachaise.

HORAIRES

La durée d'une séance d'atelier est établie selon les besoins pédagogiques et le nombre de participants inscrits.

Les horaires annoncés comprennent l'installation et la désinstallation des cours.

LOCATION DE SALLE DE RÉPÉTITIONS

Les stagiaires participant à une formation disposent du tarif « T2 » pour les mises à disposition de salles, soit une réduction de 16 à 27 % sur le tarif de base.

ENGAGEMENTS DU PARTICIPANT

• Chaque participant s'engage à suivre l'ensemble des cours auxquels il est inscrit, à respecter les horaires et le présent règlement. Comme chaque membre de la Manufacture Chanson, il s'engage à être respectueux du travail des autres, courtois avec tous et à veiller au respect du matériel et des locaux.

• En cas d'annulation d'un cours individuel, le stagiaire doit prévenir l'administration et l'intervenant de son absence au moins 48h (soit 2

jours ouvrables) à l'avance. Dans le cas contraire, l'heure lui sera décomptée de son forfait.

• Toute activité commencée est due en totalité sauf dispense accordée par la direction pour motif grave. Le stagiaire s'engage à acquitter le coût total de sa formation au plus tard lors du 1er cours (cf. modalités de paiement ci-dessous).

• Les exercices effectués dans les cours sont propriété d'ACP la Manufacture Chanson, ils ne peuvent être utilisés par le stagiaire dans ses prestations artistiques futures (sauf autorisation expresse de l'artiste pédagogue concerné).

• Le stagiaire s'engage à accepter par avance et à titre gracieux que la Manufacture Chanson puisse faire paraître sur son site internet ou dans toute autre de ses publications une ou plusieurs photographies, sur laquelle il figurerait, prises à l'occasion d'un cours ou d'une présentation dans le cadre de la formation. De même, pour toute production sonore ou vidéo.

La Manufacture Chanson a mis en place un protocole de lutte contre les Violences Sexistes ou Sexuelles. Un affichage et des guides d'information sont à la disposition des salarié.es, stagiaires et autres publics.

Si vous êtes victime ou témoin de violences sexistes ou sexuelles, vous pouvez contacter la personne référente « lutte contre le harcèlement sexuel et les agissements sexistes » de la Manufacture Chanson : mediation@manufacturechanson.org ou vous adresser à la cellule d'écoute psychologique et juridique de lutte contre les violences sexuelles et sexistes pour les professionnels de la culture : 01 87 20 30 90 du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à 18h ou par mail : violences-sexuelles-culture@audiens.org

MODALITÉS DE PAIEMENT

L'acompte est encaissable, après confirmation d'inscription, à partir du 1er juillet ou dès réception, une fois la rentrée passée. Possibilité de régler l'acompte via le site internet. Le règlement complet des frais de formation doit être effectué avant le 1er cours.

En cas de règlement par chèque, une facilité de paiement peut être accordée selon 3 possibilités :

	ENCAISSEMENT ANNUEL	ENCAISSEMENTS TRIMESTRIELS	ENCAISSEMENTS MENSUELS
ATELIERS À L'ANNÉE	1 chèque (après déduction de l'acompte) encaissable en novembre.	3 chèques (après déduction de l'acompte) encaissables en novembre, janvier et avril.	7 chèques (après déduction de l'acompte) encaissables chaque mois de novembre à mai.
ATELIERS AU TRIMESTRE	/	1 chèque (après déduction de l'acompte) encaissable en milieu de trimestre.	2 chèques (après déduction de l'acompte) encaissables les 2ème et 3ème mois.

Tous les chèques sont à remettre lors du 1er cours.
ATTENTION ! Aucun chèque post-daté n'est accepté (dater les chèques du jour où ils sont faits)