



LES CLASSES DE LA GRANDE REGION

FORMATION CONTINUE
TRANSFRONTALIÈRE

à destination des
acteurs et danseurs

2018 - 2019

Initié par le NEST – CDN transfrontalier de Thionville-Grand Est et la THEATER FEDERATION, en collaboration avec le TROIS C-L – Centre de Création Chorégraphique Luxembourgeois, l'INECC Mission Voix Lorraine et l'Institut Européen du Chant Choral Luxembourg, ce nouveau parcours de formation privilégie l'apprentissage et le renouvellement de techniques du corps et de la voix.

Il s'adresse aux artistes interprètes, comédien(nes) et danseur(ses) professionnel(les) ou en voie de professionnalisation, permanents, ou indépendants, de la Grande Région.

Des classes...

> **TRANSDISCIPLINAIRES:**

La transdisciplinarité de ce programme réside dans le besoin, pour la danse et le théâtre, de travailler le même socle d'outils, ainsi que de répondre à une réalité: l'accroissement des projets transdisciplinaires.

> **TRANSFRONTALIÈRES:**

Autre pierre angulaire du programme, l'ouverture au territoire de la Grande Région suscite une meilleure connaissance et un rapprochement entre les artistes issus de différents pays et horizons.

> **SUR LA SAISON 2018/19:**

Ce programme de formation s'articule sur trois trimestres à Luxembourg Ville, Metz et Thionville, à raison de 3h de pratiques les lundis matin, ainsi que 3 workshops de deux jours.

1^{er} TRIMESTRE

LUXEMBOURG-VILLE

CLASSE

PRATIQUE CORPORELLE PAR
LE BODY-MIND CENTERING®

Annick Pütz

Le corps est un terrain multidimensionnel. Il est corrélation et mouvement en permanence. Le Body-Mind Centering® va à la rencontre de cette activité interne. En passant du ressenti à l'action, cette pratique aide l'artiste à reconnaître ses habitudes de mouvement, à les diversifier, et à augmenter son potentiel créatif à travers un travail somatique approfondi qui sollicite entre autres les organes, le squelette, et le système neuro-endocrinien.

> DATES:

les lundis matin du 17 septembre 2018
au 10 décembre 2018

> HORAIRES:

09h00 - 12h00

> LIEU:

Bannanefabrik





WORKSHOP

"THE VOICE IS THE MUSCLE OF THE SOUL"

(Roy Hart Theatre) – Christiane Hemmelsheim

Atelier accessible à un public francophone

In this workshop we explore the voice in all its colours and expressive possibilities, independently of aesthetic norms and conventions. We examine the connection of voice and body and voice and perception and move into new territory of our voices beyond the areas that we are habitually using. In group, partner and individual sessions we find a lot of space to experience and explore our own voices.

> DATES:

29, 30 et 31 octobre 2018

> HORAIRES:

10h00 - 17h00 le 29 et 30 octobre

10h00 - 13h00 le 31 octobre

> LIEU:

Bannanefabrik



2^{ème} TRIMESTRE
METZ-VILLE

CLASSE

MÉTHODE FELDENKRAIS™

Sophie Wilhelm

Le *Feldenkrais*™ est une méthode qui utilise le mouvement afin d'améliorer la qualité et l'efficacité de notre fonctionnement. Son intention est d'organiser le corps afin qu'il bouge avec un minimum d'efforts et un maximum d'efficacité, non pas avec la force musculaire, mais par une conscience accrue de son fonctionnement. Sa pratique permet ainsi d'élargir son répertoire de possibilités et aller vers une meilleure utilisation de son potentiel physique et créatif.

> DATES:

les lundis matin du 7 janvier 2019
au 1^{er} avril 2019

> HORAIRES:

09h00 - 10h30

> LIEU:

INECC Mission Voix Lorraine



CLASSE

TECHNIQUE VOCALE

Nathalie Pierson

Comment acquérir les bons gestes techniques pour une voix parlée et chantée saine : travail sur la posture, la respiration, l'accroche de la voix, l'interaction des voyelles et des consonnes, l'enrichissement du timbre par les harmoniques... Comment gérer le stress en chantant devant autrui.

> DATES :

les lundis matin du 7 janvier 2019
au 1^{er} avril 2019

> HORAIRES :

10h30 - 12h00

> LIEU :

INECC Mission Voix Lorraine



WORKSHOP

La musique corse de la vocalité
à la polyphonie

Développer son instinct vers le bien-être.
Dans l'exécution du chant polyphonique, issue de la tradition orale, tout est affaire d'instinct. La manière d'envoyer le chant, l'impulsion, la hauteur des notes, le rythme, la dynamique, et la recherche d'équilibre.

> DATES :

9 et 10 février 2019

> HORAIRES :

10h00 - 17h00

> LIEU :

INECC Mission Voix Lorraine

3^{ème} TRIMESTRE
THIONVILLE

CLASSE

**TECHNIQUES DU CORPS
EN MOUVEMENT**

Jennifer Gohier

Cette classe permettra aux participants d'acquérir une aisance corporelle et une maîtrise de l'espace à partir des techniques de la danse contemporaine, de l'improvisation, du yoga et de l'anatomie du mouvement dansé. À travers une série d'exercices ainsi que des séquences d'improvisation, la ou le stagiaire explorera son corps comme moyen d'expression et partira à la recherche de nouvelles qualités de mouvement.

- > **DATES:**
les lundis matin du 29 avril 2019
au 1^{er} juillet 2019
- > **HORAIRES:**
09h00 - 10h30
- > **LIEU:**
NEST - CDN transfrontalier
de Thionville Grand Est



CLASSE

PROGRAMME EN COURS

- > **DATES:**
les lundis matin du 29 avril 2019
au 1^{er} juillet 2019
- > **HORAIRES:**
10h30 - 12h00
- > **LIEU:**
NEST - CDN transfrontalier
de Thionville Grand Est



© Boshua



© Arthur Peguin

WORKSHOP

Découverte et mise en œuvre
des nouvelles technologies de la voix
amplifiée et transformée

Programme en cours.

- > **DATES:**
en cours
- > **HORAIRES:**
10h00 - 17h00
- > **LIEU:**
NEST - CDN transfrontalier
de Thionville Grand Est

INFORMATIONS PRATIQUES

Lieux

- > **BANNANEFABRIK**
12 rue du Puits, 2355 Luxembourg-Bonnevoie
- > **INECC Mission Voix Lorraine**
59 rue Chambièrre 57000 Metz
- > **NEST - CDN**
transfrontalier de Thionville Grand Est
15 route de Manom 57100 Thionville

Tarifs

50 € par trimestre
40 € par workshop
100 € pour l'ensemble de l'année

Pour s'inscrire

- > **CONTACT FRANÇAIS**
Inès Beroual
inesberoual@nest-theatre.fr
+33 (0)3 82 54 70 45
- > **CONTACT LUXEMBOURGEOIS**
Lawrence Rollier
rollier@theater.lu
+352 2648 0946

Partenaires



Soutiens



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Culture

Programme de formation en cours de conventionnement AFDAS.