



Stage de perfectionnement aux techniques théâtrales

« Libérer ! » révéler l'improvisateur  
qui sommeille en vous

Animé par Lucie PERRIN



▶ **Samedi 24 novembre** (de 14h à 18h)  
et **dimanche 25 novembre 2018** (de 10h à 18h)

12 places  
12 h de stage / 60 €

▶ **Samedi 1<sup>er</sup> décembre** (de 14h à 18h)  
et **dimanche 02 décembre 2018** (de 10h à 18h)

12 places  
12 h de stage / 60 €

▶ **Samedi 08 décembre** (de 14h à 18h)  
et **dimanche 09 décembre 2018** (de 10h à 18h)

12 places  
12 h de stage / 60 €

Un stage pour se mettre à l'improvisation en douceur dans un climat ludique,  
bienveillant et des rires !!!

L'improvisation, ça se travaille si l'on veut construire une histoire avec l'autre.  
Nous découvrirons ensemble les moteurs de l'improvisation théâtrale que sont :

- **Le cœur** pour les émotions, le ressenti
- **Le corps** pour le physique, la posture
- **Le Cerveau** pour les idées, la répartie

Les moyens utilisés :

**Travail sur son imaginaire et sur les mécanismes de la créativité**

- Initiation à la confiance : confiance en soi et en l'autre.
- Initiation à l'écoute : apprendre à écouter et à s'assurer d'avoir été écouté
- Travail de la spontanéité : s'adapter à une situation
- Le plaisir d'apprendre en s'amusant
- Oser dire oui aux idées des autres
- Trouver sa place dans l'histoire

**Initiation aux outils de l'acteur**

- Travail sur le ressenti : apprendre à écouter ses émotions et ses envies pour les mettre au service de l'histoire
- Apprendre à découvrir ce que l'on transmet au public avec son corps et sa voix
- Oser les silences, Oser les regards
- Oser mettre de la couleur à ses personnages avec les émotions
- Trouver la sincérité du personnage

**Pour tous niveaux**, aucune expérience de théâtre n'est nécessaire. Idéal pour les improvisateurs débutants qui souhaitent s'appuyer sur des bases solides et progresser rapidement.

**Infos et réservations/inscriptions :**  
06 72 26 66 83 – [appart.theatre42@gmail.com](mailto:appart.theatre42@gmail.com)  
[www.appartheatre.canalblog.com](http://www.appartheatre.canalblog.com)