



# IMPROVISATION

**Stage du 12 au 14 juillet 2024**

**Pour débutants et personnes  
désirant se perfectionner**

**Nombre de participants à partir de 8 maximum 12**

**Lieu : 77, rue du Mail ANGERS**

**Horaires : Accueil : 15 minutes avant**

Vendredi 12 : de 13h30 à 17h00

Samedi 13 : de 10h30 à 17h00 - Pause déjeuner

Dimanche 14 : de 10h30 à 17h00 - Pause déjeuner

**Contact :**

**Aline STILL**

Association Moteur Action

☎ 06 75 37 42 20

E-mail : [aline.still@wanadoo.fr](mailto:aline.still@wanadoo.fr)

**Tarif : le stage 186 € - Étudiants Demandeurs d'emploi 172 €  
adhésion association comprise**

Envoyer un chèque d'arrhes\* de 50€ à l'ordre de :

**A.M.A. - 77, rue du Mail 49100 ANGERS**

accompagné du bulletin d'inscription que vous trouverez sur le site.

**\* le chèque sera encaissé 8 jours avant le stage.**

**stage animé par Pierre Ménager**

« En tant que comédienne, metteur en scène, auteur et formatrice, je défends l'improvisation comme moyen exceptionnel d'accès au jeu, à son propre JEU.

C'est un fabuleux outil pour entrer dans l'écriture d'un auteur et surtout se rencontrer soi-même dans sa créativité et son rapport à l'autre.

On ne joue jamais seul !

Le paradoxe du comédien est insondable mais essentiel.

Plus il y a de rigueur, plus il y a de liberté

Plus il y a de déséquilibre, plus il y a d'équilibre (tel un funambule)

Plus il y a de fragilité, plus il y a de force

(ne pas oublier que c'est la fragilité qui fait la force du comédien)

C'est pourquoi il est indispensable de passer par la technique »

**Aline Still Directrice artistique AMA**

## TECHNIQUES

### LA VOIX

dans son articulation, son débit, sa modulation, et ...

la RESPIRATION ! Techniques de l'entraînement quotidien du comédien

### LE CORPS

Savoir entrer et sortir d'un plateau (jeu et fin de jeu)

Comment ne pas se sentir potiche

Laisser la voix nous surprendre et la contrôler

Exister quand l'autre parle

Savoir affiner son jeu en fonction du jeu de l'autre

## L'IMPROVISATION COMME OUTIL DE PERFECTIONNEMENT DANS SA CREATIVITE

Surtout ne pas se réfugier derrière un texte et :

Vivre sa générosité en commençant par se l'offrir à soi-même

Entrer dans l'émotionnel et s'en distancier

Se situer et agir dans la rapidité

Positiver la relation, s'impliquer dans l'échange, accéder à la simplicité

Accepter le « jeu » comme véritable « expression de soi-même » dans le plaisir

et le ludique, Vivre le « ici et maintenant »