

Présence Scénique

Corps et engagement au plateau

Parcours PRO «L'Artiste au plateau»
Module 1



Les Formations
de Quai des Chaps

avec
Laura Abad



ASSOCIATION QUAI DES CHAPS

378 route de Sainte Luce 44300 Nantes - www.quaideschaps.com

David LIMANDAT, responsable des formations

06 51 01 34 04 - formation@quaideschaps.com

DU 25 AU 29 NOVEMBRE 2024

Module 1 : PRESENCE SCENIQUE

Corps et engagement au plateau

Parcours pro « L'artiste au plateau »

AVEC LAURA ABAD

5 JOURS (30 heures)

>> CLOTURE DES CANDIDATURES : LE 9 NOVEMBRE 2024 <<

Pour les intermittent.es, demande de financement Afdas 4 semaines maximum avant le début de la formation, soit le 25 octobre 2024.

PUBLIC CONCERNÉ

Cette formation est dirigée vers tous les artistes professionnels du spectacle vivant avec une forte envie de travailler leur engagement sur scène, leur présence, leur justesse et sincérité dans leur jeu en utilisant comme outil fondamental dans cette démarche de travail LE CORPS et sa force d'expression.

PRÉREQUIS

Lettre de motivation

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Découvrir ou re-explorer différentes techniques et outils corporelles et somatiques et rendre le stagiaire autonome pour les utiliser dans son travail journalier.
- Emmener l'artiste vers une reconnexion et une conscience corporelle comme axe fondamental de la présence sur scène.
- Trouver plus de confiance dans son corps donc plus de liberté et force scénique.
- Se connecter au plaisir du jeu.

- Expérimenter avec la matière et l'engagement corporel.
- Gérer le stress scénique.
- Libérer les blocages corporels.
- Développer l'authenticité et sincérité en tant qu'artiste.
- Moins jouer en force.
- Rendre le jeu vivant, organique, habité.
- Devenir plus subtil, plus juste dans le jeu.

MOYENS PEDAGOGIQUES

Exercices en duo trio groupe, exercices au sol, exercices dans le espace, exercices dynamiques exercices au repos, exercices d'improvisation, méthode expérientielle et méthode découverte, mise en situation, observation, jeux et livres.

PROGRAMME

Horaires : 9h30/ 12H30 - 13h30 /16H30

Jour 1 // Le poids, l'ancrage

//Matinée

- Rencontre et bienvenue du groupe.
- Echange sur les objectifs et organisation de la semaine.
- Echauffement du matin autour de la thématique de la journée

// Après-midi

- Trouver sa base et son enracinement, via des exercices spécifiques.
- Exercices en groupe en abordant les bases de la technique du contact improvisation.

Jour 2 // La respiration

// Matinée

- Echauffement du matin
- Exercices autour de la thématique de la respiration et sa gestion.
- Yoga du son, vibration sonore

// Après-midi

Continuité du travail du matin et expérimentation du poids et de la respiration via des exercices et improvisations spécifiques.

Jour 3 // Les articulations, le micromouvement

// Matinée

- Echauffement du matin.
- Exercices autour de l'automassage et mouvement articulaire
- Exercices autour de la thématique du jour en abordant la technique Body Mind Centering et ça grande palette des possibilités

// Après-midi

Travail individuel, en duo et en groupe autour de la thématique de la journée. Le Micromouvement.

Jour 4 // L'espace, le regard

// Matinée

- Echauffement du matin.
- Différents exercices autour de la thématique de la journée.

// Après-midi

- Exploration individuel en duo ou en groupe autour de la thématique de la journée.
- Travail d'observation. Analyse du mouvement dans l'espace scénique

Jour 5 // Le corps global

- Echauffement du matin et journée dédiée à la re- exploration et approfondissement des thématiques abordés pendant la formation et l'intégration dans le travail artistique et l'utilisation directe au plateau.
 - Le corps global expérimentation
 - Echanges entre stagiaires et formatrice.
-

EVALUATION DES ACQUIS

Les acquis théoriques et pratiques font l'objet d'un processus d'évaluation continue durant tout le déroulé de la formation et sont en lien avec les objectifs pédagogiques.

INTERVENANTE



Laura ABAD, est danseuse, comédienne, interprète, artiste associée et collaboratrice dans différentes compagnies de danse contemporaine et théâtre.

Diplômée en danse classique et danse contemporaine par le conservatoire de Valencia (Espagne), elle intègre le Centre Chorégraphique de Valencia, puis obtient une bourse nationale pour partir en 1994 vers Paris où elle effectue des études à l'Université de «Paris VIII» en Licence des Arts du Spectacle mention danse et rencontre les enseignements de Hubert Godart, Isabelle Launnay, Laurence Louppe, Jean Gaudin, Sara Sugihara, Sophie Lessard, Wayne Byars, Maguy Marin, Carolyn Carlson, Wim Vandekeybus. Ces enseignements en analyse du mouvement, et autour des méthodes comme le Body Mind Centering, technique Feldenkrais et Alexander, Contact improvisation la marquent et l'inspirent tout au long de sa carrière professionnelle.

En 2004 elle obtient le diplôme d'état en danse contemporaine en France.

En tant que danseuse et artiste associée, elle travaille pendant plus de 30 ans avec de nombreuses compagnies de danse et théâtre en France et en Espagne.

Depuis 2013 elle travaille en tant que coach scénique, regard extérieur et assistante de mise en scène pour de multiples artistes et projets de musique, cirque, théâtre, danse et cinéma.

Laura collabore avec des structures comme : Musique & Danse en Loire-Atlantique, Le Conservatoire de Rezé, Le Vip, Quai des Chaps, Culturelab29, Tremolino. Elle travaille et co-dirige des ateliers avec Erwan Noblet, coach vocal et musicien, Israël Diaz, formateur Yoga, Antonio Romero, médecin et spécialiste de la douleur, Pierre Pascal Baron, formateur en yoga du son, Maria Muñoz, écrivaine, Marie Abela, chanteuse et coach vocal. La présence scénique, le corps et l'engagement sur scène, la conscience corporelle, la justesse et la sincérité du corps et sa force d'expression, le mouvement organique comme outil et régénérateur vital sont les piliers de son enseignement.

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Durée : 5 jours (30 h)

Effectif : 10 personnes

Tarif : 1 050€ HT - Un financement AFDAS / Uniformation / France Travail est envisageable.

Nous contacter pour un accompagnement dans vos démarches, ou pour une solution d'autofinancement.

Repas du midi : pris en charge par Quai des Chaps

Possibilité d'hébergement sur place : nous contacter (attention, places limitées !)

Lieu de la formation : chez Quai des Chaps – Nantes

CONTACTS ET INSCRIPTIONS

David LIMANDAT, responsable des formations, référent handicap : formation@quaideschaps.com / 06 51 01 34 04

Paola CICUTTINI, coordinatrice, régie d'accueil : coordination@quaideschaps.com / 06 51 01 34 04

ASSOCIATION QUAI DES CHAPS

378 route de Sainte Luce

44300 Nantes - FR

www.quaideschaps.com