

# JOUONS, BANDE DE FOUS !

DU JEU INTERIEUR... AU JEU COLLECTIF

avec

**TOM GRAND MOURCEL**

## ASSOCIATION QUAI DES CHAPS

378 route de Sainte Luce 44300 Nantes - [www.quaideschaps.com](http://www.quaideschaps.com)

David LIMANDAT, responsable des formations  
06 51 01 34 04 - [formation@quaideschaps.com](mailto:formation@quaideschaps.com)



**DU 13 AU 17 DECEMBRE 2021**

## ● JOUONS, BANDE DE FOUS ! ●

### Du jeu intérieur au jeu collectif

PAR TOM GRAND MOURCEL

**5 JOURS (30 HEURES)**

#### **INSCRIPTION AVANT LE 13 NOVEMBRE 2021**

*Pour les intermittents, demande de financement Afdas 4 semaines maximum avant le début de la formation*

#### **PUBLIC CONCERNÉ / PRÉREQUIS**

Professionnel.les dans le milieu artistique : circassien.nes, danseur.euses, comédien.nes, chanteur.euses, etc.

#### **OBJECTIFS**

- Débloquer des outils pour la performance ; du mouvement à la voix.
- Donner aux interprètes des outils d'improvisation individuels et collectifs.
- Travailler des procédés chorégraphiques en relation avec l'univers de *Dikie Istorii Company* et de *Hoods Flakes*.
- Travailler dans l'urgence, dans l'instant présent afin de développer des compétences de réactivité et de jeu.
- Travailler sa relation au public.
- Valoriser son corps et ses outils personnels.
- Travail d'écriture instantanée individuelle et collective.
- Débloquer des notions d'espace : corps et architecture.

#### **PROGRAMME**

##### **PRÉSENTATION GÉNÉRALE**

La direction artistique du stage sera tournée vers l'individu et le collectif. De l'intime, à la prise de contact avec autrui. Pour aborder ces concepts, nous traverserons des procédés qui nous permettront de retrouver l'enfant, le joueur que nous avons été. Le jeu, sous toutes ses formes est pour moi une porte d'entrée importante dans la danse car il est relié à nos émotions et à nos sensations.

Jouer, c'est expérimenter le hasard, le plaisir d'improviser. Les ateliers proposés seront alors sous forme de grand jeu permettant de créer des liens et des relations avec l'autre.

La première partie du programme sera axée sur l'écoute de soi. Des notions plus intimes, plus personnelles telles que connaître, comprendre, tester son propre corps seront abordées.

Quelles sont nos possibilités corporelles ? Nos limites ? Sur quel rythme je bouge, je marche, je parle ? Comment est-ce que je perçois mon corps dans un espace ?

Une deuxième partie sera tournée davantage vers le collectif, l'ouverture à l'autre, la prise de contact à travers des processus de création que le formateur a pu expérimenter lors de ses recherches chorégraphiques. Le stagiaire sera amené à improviser, prendre des risques, tester, créer tout seul, mais aussi à plusieurs. **Du monologue au dialogue.** Le mouvement, la voix et la musique seront des moyens d'expression pour arriver à dialoguer avec le groupe.

Tout au long de la semaine, la question de la relation au public sera abordée. Le stagiaire sera donc amené à être à la fois interprète, mais aussi spectateur. L'idée n'est pas d'avoir un public passif, mais actif. Par quel procédé pouvons-nous inclure le public afin qu'il puisse influencer la performance de l'interprète ? Chaque atelier mené sera accompagné d'une question sur la position du public. Le stagiaire devra imaginer sa place dans le processus de recherche.

## **JOURNEE TYPE :**

### **Matinée de 10h30 à 12h30**

La matinée sera consacrée à un cours d'éveil corporel. Nous partirons de notre centre pour aller aux extrémités. Nous partirons du sol pour retrouver notre verticalité. Nous commencerons par mobiliser les os, les articulations, les muscles profonds puis les muscles superficiels afin de faire émerger la voix. En commençant au sol par des exercices rythmés, musicaux et répétitifs nous entamerons une mobilisation douce et bienveillante du corps. Du sol à la verticale, nous traverserons différents exercices de spirales, de poids, de rebonds pour réveiller le corps, les appuis dans le sol et l'écoute de soi. En fin de cours, une phrase chorégraphique sera abordée afin de mettre en mouvement toutes les sensations traversées durant la matinée et entamer une première écoute du groupe. Cet enchaînement aura pour but d'assouplir le corps, l'échauffer et le rendre disponible au travail et à la création imaginée pour l'après-midi.

### **Après-midi de 13h30 à 17h30**

L'après-midi sera dédiée au collectif. Travailler à plusieurs permet de s'identifier au sein d'un ensemble. Où est-ce que je me place en tant qu'individu dans un groupe ? Comment s'ouvrir à l'autre, danser et composer avec son prochain ?

A travers des exercices d'improvisations en groupe, nous ouvrirons notre conscience collective. Le formateur mettra alors en place des outils afin de créer instantanément au sein d'un groupe. Des modules autour de la chute, du lâché de poids, de la prise de risque, du travail de portés, du travail de sol, de partnering et de rythme seront abordés pour que collectivement, nous puissions aboutir en fin de semaine à un grand jeu collectif.

Un petit temps d'étirement et de relaxation à la fin de chaque journée sera mis en place avec la possibilité d'échanger.

## **Exemple d'atelier :**

### ***1er atelier : Mouvement de foule***

Pour mettre en place un jeu collectif, il faut établir des règles. Des règles sur lesquelles le joueur peut s'appuyer pour entrer en relation. Ici, nous établirons en premier lieu, un mouvement simple qui nous servira de base commune. Un point de départ : la marche. Les joueurs seront amenés à se déplacer dans l'espace par une marche fluide et organique. À partir de ce mouvement simple, l'interprète pourra déjà commencer à entrer en relation et à composer avec le groupe ; marcher proche d'une personne, se mettre à distance du groupe, s'arrêter... Puis à partir de cette base et en improvisant, nous ajouterons différents modules pour laisser place à une composition instantanée :

- *Module de rythme* : une marche qui prend son temps, une marche allante, une course. Être sur le même rythme d'une personne en face de moi, courir, ralentir...

- *Module de mouvement* : des chutes, des portés, des chocs, des sauts...
- *Module de situation* : une situation d'urgence, une situation de peur, de colère, etc.
- *Module de contrainte* : le groupe doit toujours être en contact. À chaque fois qu'une personne saute, le groupe doit aller au sol. Contraintes d'espace...
- *Module de théâtralité* : comment faire émerger des petites situations théâtrales, plus quotidiennes, à partir de ces règles : un couple qui s'embrasse, une dispute, etc.
- *Le module du public* : comment réussir à déplacer le public par le mouvement des marches, des courses, des chutes... ?

Cet atelier est une manière d'amener à être attentif et à l'écoute de ce qui se passe sur le plateau. Car chaque corps doit composer instantanément en improvisant.

---

## INTERVENANT

### Tom GRAND MOURCEL –

Chorégraphe et interprète, il est d'abord issu de la culture hip-hop tant sur le plan musical, chorégraphique, que du street art. Il est également nourri d'une formation de danse contemporaine à l'Académie Internationale de la Danse à Paris puis diplômé du CNSMD de Lyon pour compléter son cursus interdisciplinaire. Rencontrée au Conservatoire, il crée avec Vera Gorbatcheva la compagnie Dikie Istorii qui mélange la danse et la musique live. *En 2016 il intègre la compagnie Ex Nihilo pour les nouvelles créations In Paradise et Paradise Is Not Enough. Il intègre aussi la compagnie Plan K pour une reprise de rôle dans Homo Furens, La Fabrique Fastidieuse pour le spectacle Vendredi, la compagnie la Vouivre pour la pièce Arcadie et la Cie R14 de Julien Grosvalet pour le projet M.A.D.* En parallèle et depuis 2020, Tom fait partie du groupement d'artistes pour le projet **Hoods Flakes**.

Site de Dikie Storii : <http://dikeistoriicompany.com/>

Hoods Flakes : [Instagram](#) - [@hoodsflakes/Facebook](#) - [Hoods Flakes](#)

---

## INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Durée** : 5 jours (30 h)

**Effectif** : 20 personnes

**Tarif** : 750€ HT - Un financement AFDAS / Pôle Emploi est possible.

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

**Repas du midi** : pris en charge par Quai des Chaps

**Lieu de la formation** : chez Quai des Chaps - Nantes

---

## CONTACT ET INSCRIPTIONS

David LIMANDAT, responsable des formations

06 51 01 34 04

[formation@quaideschaps.com](mailto:formation@quaideschaps.com)

### ASSOCIATION QUAI DES CHAPS

378 route de Sainte Luce

44300 Nantes - FR

[www.quaideschaps.com](http://www.quaideschaps.com)