

A l'approche de l'équinoxe du printemps, temps premier du renouveau dans la nature et en chaque être vivant, voici bientôt le moment où cette petite lumière re-née dans nos profondeurs va se manifester de mille manières à l'extérieur, temps propice pour mettre au-dehors ce qui vient du dedans et laisser notre cœur, notre corps, tout notre être s'exprimer librement.

A travers la voix, le chant, la sophrologie, nous poursuivons notre voyage, cheminant entre le monde intérieur et le monde extérieur sur une voie de détente, d'harmonie, de stimulation énergétique, de vitalité, d'expérience, de souffle...

Dans le même esprit que les stages précédents, le tissage sophrologie-chant-technique-vocale se met au service du repérage des sensations corporelles, des ressources émotionnelles, de la visualisation positive, de l'harmonisation du schéma corporel, de l'exploration du corps-instrument, du confort vocal, de la libération de la voix.

Vous poursuivez votre apprentissage du chant sans tension, sans forçage, vous vivez le son avec l'intelligence de votre cœur qui mobilise vos structures profondes, avec votre corps et vos « tripes » plus qu'avec votre tête et votre intellect.

Que vous ayez déjà une expérience du chant ou que vous pensiez chanter faux, bienvenue à vous qui souhaitez voyager et vous adonner à la joie de chanter.



## CHANTER pour CELEBRER LA VIE *Chant et Sophrologie*

**samedi 10 mars 2012  
de 9h à 17h à Voreppe**

*Atelier animé par*

### **Véronique VIANNAY**

Professeur de Chant - Thérapeute en Kinésiologie et Chant thérapeutique

⇒ ☎ : 06 07 45 21 26

⇒ ✉ : [viavoce@sfr.fr](mailto:viavoce@sfr.fr)

### **Constance DELPIT**

Sophrologue de formation caycédiennne - Psychopraticien à médiation corporelle

⇒ ☎ : 06 47 40 88 42

⇒ ✉ : [c.delpit@aliceadsl.fr](mailto:c.delpit@aliceadsl.fr)

Tarif : 85 euros

## Bulletin de préinscription

### Date limite d'inscription le 1<sup>er</sup> mars

Nom, Prénom : .....

Adresse : .....

Tél : .....

E-mail \* : .....

Préinscriptions par téléphone ou mail auprès de Véronique ou de Constance.  
Les modalités d'inscription vous seront communiquées après votre préinscription.