

## En Pratique :

Cette formation s'adresse à tous les choristes, À Cœur Joie ou non.

Les cours sont sous la forme de cycles de **10** séances, pour groupes de **4** personnes maximum. Chaque cours dure 1 heure.

Les cours ont lieu dans l'ancien Lycée Jean Jaurès, 5 rue de l'Ancien Champ de Mars à Grenoble.

### Coût pour les adhérents ACJ

- 125 € par personne en groupe de 4
- 166 € par personne en groupe de 3
- 250 € par personne en duo
- 500 € par personne, cours individuel

*Supplément de 8 € par personne pour les non-adhérents.*

Les cours commenceront fin septembre 2025.

*Nous allons tenter de constituer des groupes à peu près homogènes avec des créneaux horaires en fonction des disponibilités des personnes. Il n'est pas toujours possible de satisfaire votre premier choix.*

Inscriptions : <https://choraliesgrenoble.org/tv-contact>

Contact : [technique.vocale@choraliesgrenoble.org](mailto:technique.vocale@choraliesgrenoble.org)



Association Culturelle À Cœur Joie  
de l'Agglomération Grenobloise

## Cours de Technique Vocale

- Chanter c'est amusant et bénéfique pour la santé. C'est une activité qui engage le physique, le mental et le psychologique.
- Devenir plus confiant et avoir le bonheur de compter sur sa voix.
- Comprendre le mécanisme de la production de la voix.
- Apprendre à mieux respirer.
- Savoir se tenir – améliorer sa posture.
- Garder sa voix même en prenant de l'âge.
- Découvrir la joie de chanter des pièces musicales en solo.

## La Technique Vocale

Il ne s'agit pas de se "fabriquer" une voix, mais de chercher à optimiser sa propre voix dans ses potentialités, débarrassée des gestes vocaux inappropriés.

On vise à développer aisance, souplesse vocale, précision, justesse...

La matière première du chanteur est l'air qui fait vibrer les cordes vocales. De même qu'un violoniste n'écrase pas les cordes de son instrument mais développe une technique d'archet optimale, pour obtenir de beaux sons, le chanteur ne surcharge pas son larynx mais se dote d'une technique de souffle appropriée pour libérer le meilleur de sa voix. L'air est "l'archet" du chanteur, la conduite du souffle est donc l'élément fondamental de la technique vocale.

Faire porter l'effort sur le larynx, partie la plus fragile de l'appareil vocal, est contre-productif et dangereux, et ne permet pas d'exprimer son potentiel vocal.

La technique vocale vise en premier lieu à acquérir un équilibre sain de pose de voix sur le souffle, et ensuite à développer les capacités de résonance, timbre, projection... De même que pour construire une maison on commence par édifier soigneusement les fondations pour assurer la sécurité des occupants - la décoration étant la touche finale qui donnera confort et plaisir.

Les cours consistent en des exercices techniques d'une part, et après quelques séances des morceaux de mise en application d'autre part.

## Jean- François DELMAS

Chanteur soliste, de la musique médiévale aux œuvres contemporaines, Jean-François Delmas a longtemps pratiqué le chant choral avec À Cœur Joie.

Il a été élève, entre autres, de Benoît Amy de la Bretèque (physiologie de l'acte vocal) et Dominique Vellard (CNSM de Lyon, Académie de Musique Ancienne du Thoronet).

Il est membre de l'ensemble de musique ancienne Diabolus in Musica (festivals en France, Europe, USA, Inde, Maroc).

## HUANG Jing

Après une première formation en chant et musicologie au Conservatoire de Pékin, HUANG Jing s'est perfectionnée au CNR de Lyon, et elle a également étudié la direction de chœur, et l'enseignement vocal.

Depuis plus de 10 ans elle a acquis une expérience considérable en tant que professeure de chant, et cheffe de chœur. En particulier, elle a dirigé plusieurs chorales dans la région lyonnaise.

Actuellement elle est professeure de chant au Conservatoire de Voiron.