

## ***LES ATELIERS***

Qu'ils soient en individuel ou en collectif, les ateliers s'appuient sur 4 axes principaux:

### ***Comprendre l'appareil vocal pour mieux aborder sa voix***

Son fonctionnement, ses mécanismes, son énergie.

### ***Le souffle, la respiration, relaxation et préparation***

Libérer des tensions, la voix prend alors tout son sens.

### ***Expression vocale et chant***

Fredonner, chanter, observer comment votre voix réagit.

Timbre, intensité, justesse, technique vocales.



## ***POUR ALLER PLUS LOIN...***

### ***L'expression de soi, le bien-être par la voix***

Exprimer ce que je suis, ce que je sens, ce dont j'ai besoin.

Stimuler votre énergie, harmoniser corps et esprit.

Mieux s'incarner, se réaliser.

