



SEANCES FELDENKRAIS (en visio)

EN MOUVEMENT, À LA MAISON

Par Christine Bertocchi

Cycle 1 du 7 au 26 mai – Cycle 2 du 8 au 26 juin 2020
(6 séances de 45 minutes par cycle)

Ces séances, particulièrement orientées sur des thématiques sensibles pour les instrumentistes et les chanteurs, sont aussi destinées à toutes les personnes qui souhaitent maintenir ou rétablir leurs mobilités, souvent mises à l'épreuve durant le confinement, le télétravail, les longues heures devant les écrans, etc...

Horaires

Soit les lundis et jeudis à 18h, soit les mardis et vendredis à 10h.

Inscriptions

40€ par cycle de 6 séances + 10€ adhésion 2020

Paiement possible en ligne via Paypal, depuis le lien ci-contre :

<https://www.uninstantalautre.com/fr/formation/en-mouvement-la-maison>

Lieu

En visio, depuis la maison.

Publics concernés

Instrumentistes, chanteurs, comédiens, ainsi que toutes personnes intéressées.

Descriptif global

Basée sur des mouvements parfois très simples, parfois plus complexes, la méthode Feldenkrais vise à développer des coordinations plus appropriées et à affiner la perception kinesthésiques pour développer un meilleur usage de nous-mêmes.

Par des exploitations guidées, nous jouerons d'abord avec les liens entre l'organisation de nos bras et la mobilité de notre dos, en rendant nos épaules disponibles.

Puis, nous aborderons les mille et unes façons d'organiser notre respiration et de la rendre de plus en plus mobiles, dans des situations très variées.

Cycle 1 : Les bras, reliés au dos (et les épaules, comme lieu de transmission)

Séance 1 : jeudi 7 mai à 18h ou vendredi 8 mai à 10h

Séance 2 : lundi 11 mai à 18h ou mardi 12 mai à 10h

Séance 3 : jeudi 14 mai à 18h ou vendredi 15 mai à 10h

Séance 4 : lundi 18 mai à 18h ou mardi 19 mai à 10h

Séance 5 : jeudi 21 mai à 18h ou vendredi 22 mai à 10h

Séance 6 : lundi 25 mai à 18h ou mardi 26 mai à 10h

Cycle 2: La mobilité de la respiration

- Séance 1 : lundi 8 juin à 18h ou mardi 9 juin à 10h
- Séance 2 : jeudi 11 juin à 18h ou vendredi 12 juin à 10h
- Séance 3 : lundi 15 juin à 18h ou mardi 16 juin à 10h
- Séance 4 : jeudi 18 juin à 18h ou vendredi 19 juin à 10h
- Séance 5 : lundi 22 juin à 18h ou mercredi 24 juin à 10h
- Séance 6 : jeudi 25 juin à 18h ou vendredi 26 juin à 10h

Pour tout besoin d'information complémentaire, vous pouvez nous joindre par téléphone au 06 25 11 20 29 ou par mail via artistique@uninstantalautre.com



CURRICULUM VITAE

CHRISTINE BERTOCCHI

Elle commence à travailler sur scène très jeune dans des spectacles de chansons, tout en continuant à se former (CNR de Grenoble et stages professionnels).

A partir de 1992, elle se tourne vers des créations pluridisciplinaires (théâtre, danse, chant) et est interprète pour des chorégraphes et des metteurs en scène, dont Bruno Meyssat de 1993 à 1999. Elle continue à se former régulièrement en chant lyrique, en chant médiéval, en chant contemporain et est stagiaire du Centre Acanthe (2002). Elle est praticienne Feldenkrais certifiée depuis 2000, et se forme en anatomie et physiologie de la voix, auprès du phoniatre Guy Cornut et de Blandine Calais-Germain.



Cofondatrice de l'association Mercoledì and Co de 1996 à 2001, elle y développe un travail singulier, des formes de lectures concerts, des lectures d'auteurs contemporains, des performances d'improvisation musicale.

Depuis 2005, elle partage son temps entre la Bourgogne, où elle a créé la compagnie D'un instant à l'autre, et Paris, où elle continue à collaborer avec des musiciens-improvisateurs, des compositeurs, et des auteurs. Les spectacles qu'elle crée explorent les relations entre le texte et la musique, l'écriture et l'improvisation, le corps et la voix, et questionnent les modes d'écoute des spectateurs : Voie Ouverte 2007, En aparté 2010, Imaginary Soundscapes 2011, Multivoix 2012, Engrenages 2015, Bon voyage 2018. Depuis 2014, elle chante D.U.O. avec Guillaume Orti, un projet évolutif qui aime faire sonner des lieux insolites. Elle continue sa longue collaboration avec le contrebassiste Eric Chalan avec le répertoire écrit pour A mesure (texte Ghislain Mugneret- compositions Guillaume Orti) et lors de performances d'improvisation. Elle chante dans le KamiOctet de Pascal Charrier de 2016 à 2018.

Elle enseigne la technique vocale, l'improvisation vocale, les jeux vocaux, le théâtre musical et les liens avec le travail corporel et scénique (méthode Feldenkrais), dans des formations professionnelles pour musiciens, chanteurs, danseurs ou acteurs (Harmoniques, CFMI d'Ile-de-France, ESM-Dijon, CNFPT, stages Afdas, ARIAM, Opéra de Dijon, différents CRR), un peu partout en France et au delà. Elle est membre du conseil pédagogique du CFMI d'Ile de France-Université Paris-Saclay.

D'un instant à l'autre

Association loi 1901 — 2, rue des Souillas - 21500 Quincerot

N° Siret : 483 308 797 00032S - Code APE : 9001 Z

N° de Licence d'Entrepreneur de Spectacles : 2-1064262

N° d'agrément formation : 26 21 02705 21