



d'un instant à l'autre...

SEANCES FELDENKRAIS (en visio)

EN MOUVEMENT, À LA MAISON

Par Christine Bertocchi

Cycle 3 — du 20 au 24 juillet — 5 séances de 45 minutes

Horaires

Du lundi 20 au vendredi 24 juillet, à 10h ou 18h.

Inscriptions

35€ pour le cycle de 5 séances + 10€ d'adhésion 2020 pour les non-adhérents.

Lieu

En visio.

Profils professionnels des stagiaires

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 kinesthésique pour développer un meilleur usage de nous-mêmes.

Ces séances, orientées sur des thématiques spécifiques aux enjeux techniques des chanteurs, chefs de chœur, instrumentistes, comédiens, sont aussi destinées à toutes les personnes qui souhaitent cultiver leur mobilité dans toutes sortes de situation (pratique sportive, posture à l'ordinateur, mouvements du quotidien).

L'organisation de la nuque et de la tête, soutenue par un dos stable et mobile, sera au cœur de nos explorations. Cela permettra de regagner souplesse et détente des mâchoires, de différencier les engagements musculaires des mâchoires, de la langue et des lèvres, et d'alléger les pressions inutiles sur les cervicales.

Cycle 3 : La souplesse de la nuque et des mâchoires

- Séance 1 : lundi 20 juillet à 10h ou 18h
- Séance 2 : mardi 21 juillet à 10h ou 18h
- Séance 3 : mercredi 22 juillet à 10h ou 18h
- Séance 4 : jeudi 23 juillet à 10h ou 18h
- Séance 5 : vendredi 24 juillet à 10h ou 18h

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, di érents 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