

ATELIER DE CHANT VIBRATOIRE

Du dimanche 21 au soir au samedi 27 octobre 2018 au matin

Direction musicale : Corine LESAGE



Vous êtes sensibles aux sons,

à la résonance des lieux sacrés ,

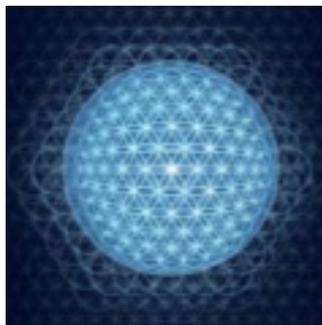
aux cercles de chant vibratoire,

et de leur impact sur vos différents corps,

à la polyphonie, à la créativité,

à dame Nature,

Vous souhaitez développer la qualité de vos ressentis, de vos intuitions, de vos capacités, découvrir l'improvisation, le partage de coeur à coeur, dans l'Unité, avec simplicité,



Rejoignez-nous à l'Abbaye de VALSAINTES
Contact : 06 32 69 00 58 – 06 30 66 43 98

ELEMENTS DE TRAVAIL PROPOSES

- Relaxation - Respiration consciente - Ressenti - Ancrage
- Improvisation du mouvement corporel - Echauffement vocal - Posture
- Conscience de l'écoute des sons, et fréquences extérieures et intérieures
- Approche de l'impact des sons, des fréquences, sur nos différents corps, centrage afin d'établir plus de confiance et pleine conscience, reliance à son son être intérieur
- Accompagnement multi-sensoriel (Huiles essentielles, spectre des couleurs)
- Improvisation, tests vibratoires, jeux de résonances (bol tibétain, bols de cristal et phonèmes)
- Cercles de chant vibratoire en milieu naturel ou lieux de Résonance
- Apprivoiser ou se réconcilier avec sa voix
- Apprendre à nous accorder de coeur à coeur, dans l'accueil, la douceur, la bienveillance, sans jugement, dans la justesse du coeur, avec simplicité, dans l'Unité.

Bon stage à tous !

Corine Lesage



Exploratrice des sons intuitifs, de la voix improvisée, praticienne des nouvelles thérapies quantiques, chef de chœur, pianiste, compositeur, Corine accompagne les êtres dans un voyage vers leur lumière intérieure.

Elle anime des cercles de chant vibratoire, harmonique et polyphonique.

Elle est très à l'écoute de l'humain, du respect de l'être et de son expression, et particulièrement attentive à ses mécanismes émotionnels et corporels, qui font de lui ce qu'il est et ce qu'il exprime.

Diplômée du C.N.S.M. et de l'E.N.S. de Paris, formée en Euphonie Vocale, Corine rejoint une équipe de chercheurs à la Pitié salpêtrière, afin d'observer ce que la résonance et les fréquences du son peuvent stimuler et permettre comme ré- informations progressives dans le corps, le cerveau et notamment la psychomotricité. Plus particulièrement, en 2009, découverte de l'I.C.M. (Institut du Cerveau et de la Moelle épinière), avec un travail plus approfondi sur la neuro- plasticité cérébrale et la pleine conscience.

Elle n'a de cesse de partager et transmettre son enthousiasme au plus grand nombre pour le chant, la musique ludique et sacrée, la créativité sous toutes ses formes, accessible à tous, afin de favoriser le partage et l'épanouissement, au cœur du chant du corps et de l'être, afin de retrouver l'unité.

Contacts : - Corine Lesage : 06 32 69 00 58
 - Agnès Macé - Coordinatrice : 06 30 66 43 98

Lieu de stage : Abbaye de Valsaintes – lieu dit Boulinette
04150 Simiane-La-Rotonde

Accès :

- par la route : Apt à 26 km
- par le train : gare d'Avignon, puis car direct pour Apt et une navette vous amène à l'abbaye (nous contacter)



Conditions :

- Arrivée Dimanche à 19h : présentation du stage et pot d'accueil
- Fin du stage : samedi matin, après un petit-déjeuner et partage des ressentis de notre expérience de la semaine
- Coût du stage (coût pédagogique et pension complète):
650€ (couple : 1200€)

Possibilité de régler en plusieurs fois

*** Pour votre confort, pensez à apporter un plaid et un coussin***

* STAGE CHANT VIBRATOIRE ABBAYE DE VALSAINTE *

— BULLETIN D'INSCRIPTION —

A retourner à :

Corine Lesage-Michelant – 14 rue des Glycines
93250 Villemomble

Nom :

Adresse :
.....

Téléphone :

Courriel :

Coût total (coût pédagogique et pension complète)
du dimanche 21 au soir au samedi 27 octobre au matin :
650€ (couple : 1200€)

Acompte à verser à l'inscription : 150€ par personne
Par chèque à l'ordre de : C-ZAM-ART (Association loi de 1901)

Possibilité de régler en plusieurs fois