

## STAGE VOIX SATURÉES

La voix saturée a depuis quelques années maintenant, réellement suscité l'intérêt et la curiosité des chanteurs et musiciens des musiques actuelles. On en reconnaît aujourd'hui sa particularité esthétique faisant de ce style de chant, un nouvel outil avec lequel le chanteur pourra exprimer de fortes émotions.

Mais sous cet aspect esthétique se cache une réelle technique que le « vocaliste » se doit, s'il souhaite en faire bon usage et perdurer, de connaître et de maîtriser. Car cette pratique de chant dit « extrême » peut vite voir ses limites et engendrer des problèmes vocaux si son utilisation reste aléatoire.

Nous aborderons des notions techniques mais aussi physiologiques, biologiques pour comprendre le processus de ce geste vocal pour apprendre à la visualiser. En s'appuyant d'exercices ludiques, de mises en situations, nous tenterons de dépasser toutes les appréhensions associées à la pratique de ce « cri », qu'il vous faudra apprendre à maîtriser.

Vous verrez qu'une bonne respiration est primordiale, que l'implication du corps est nécessaire, que l'intention vous permettra de préciser l'effet sonore et que le lâcher prise vous donnera une liberté et des sensations qui vous étaient encore inconnues.

**L'objectif principal de ce stage est de vous accompagner dans ce « premier cri en pleine conscience » et de vous prouver qu'il est accessible à tous.**

- Apprendre à écouter et à ressentir son corps.
- Prendre conscience de l'importance de son engagement.
- Explication et mise en place du bon geste respiratoire pour un son soutenu et puissant.
- Désamorcer les tensions négatives pour laisser place aux positives.
- Prendre conscience des différentes zones de résonance.
- Trouver et porter un son clair.
- Prendre conscience des pouvoirs de l'intention et de la visualisation pour arriver à la saturation.
- Exercices ludiques pour dépasser ses appréhensions et reproduire des sons dans la détente et le confort.
- Ecoutes des différents types de saturation.
- Reconnaître et analyser un mauvais placement de son saturé.
- Repartir avec les outils théoriques et techniques pour une autonomie dans votre pratique.