


<p>VOYAGE AU PAYS</p> <p>DE « SON » INTÉRIEUR</p> <p>17 février 2023</p> <p>Fabien PUJOL</p>	
--	--

Chanteur, musicien, auteur, compositeur, interprète, formé à la musicothérapie et à la méditation de pleine conscience (MBSR), Fabien Pujol vous propose **une journée** pour **explorer et pour jouer avec « son intérieur »**.

- Explorer les liens entre son corps et sa voix
- Jouer avec ses propres vibrations
- Rencontrer le son des autres
- Prendre le temps d'accueillir le silence
- S'exprimer dans des cercles de chant

Ouvert à toutes personnes curieuses de la vibration sonore et de sa voix (chanteuses, chanteurs ou non).

Cette journée va se dérouler autour de quatre thèmes, qui vont s'entremêler :

- Le corps et ses articulations, la posture, l'ancrage
- La respiration et la colonne d'air
- L'appareil vocal et les résonateurs
- Le jeu, le partage et l'expression vocale

Apporter une tenue souple et confortable et un tapis de sol.

**Tarif individuel : 60€, tarif institution : 120€ - Lieu du stage : Blanquefort -
Horaire : 9h30-12h / 13h30-17h**

Logement sur place possible

Date limite des inscriptions : 15 janvier 2023

05.56.95.31.49 - ambx@wanadoo.fr

À envoyer à : A.M.Bx – 16, rue de Bigeau – 33290 Parempuyre

.....

Nom

Prénom

Adresse :

Désire m'inscrire au stage « Voyage au pays de « son » intérieur » et joins pour cela un chèque de 40€ de réservation. (ordre AMBx)

Date :

signature