

## FRAIS D'HÉBERGEMENT ET RESTAURATION

Les frais d'hébergement et de repas sont à la charge du stagiaire. Possibilité d'être hébergé aux Résidences de l'abbaye (3 gammes d'hébergement possibles) et de prendre les repas à l'abbaye.

- **Hôtellerie de l'Abbaye de Sylvanès**  
capacité de 20 lits en dortoir et 15 chambres (1, 2 ou 3 lits)
- **La Maison de Blanche située à Sylvanès**  
composée de 9 chambres confortables
- **Le Château de Gissac (et Orangerie)**  
résidence de tourisme, 21 chambres à 4,5 km de l'abbaye  
Tél. : 05 65 49 08 29 - [residences@sylvanes.com](mailto:residences@sylvanes.com)

**Forfait pour 2 jours en pension complète à partir du déjeuner du samedi jusqu'au déjeuner du dimanche.**

Prix par personne en € (sauf tarif couple E) hors boissons.

<b>A.</b>	Chambre indiv. (WC, Douche) <i>Maison de Blanche</i>	<b>103 €</b>
<b>B.</b>	Chambre à 2 lits (WC, Douche) <i>Maison de Blanche</i>	<b>76 €</b>
<b>C.</b>	Chambre indiv. (lavabo) <i>Hôtellerie de l'Abbaye</i>	<b>77 €</b>
<b>D.</b>	Chambre 2 ou 3 lits (lavabo) <i>Hôtellerie de l'Abbaye</i>	<b>74 €</b>
<b>E.</b>	Chambre de couple (lavabo) <i>Hôtellerie de l'Abbaye</i>	<b>148 €</b>
<b>F.</b>	Dortoir mixte (sanitaires communs) <i>Hôtellerie de l'Abbaye</i>	<b>67 €</b>
<b>G.</b>	Chambre indiv. (WC, Douche) <i>Orangerie de Gissac</i>	<b>106 €</b>
<b>H.</b>	Chambre double (WC, Douche) <i>Orangerie de Gissac</i>	<b>79 €</b>
<b>I.</b>	Chambre indiv. (WC, Douche) <i>Château de Gissac</i>	<b>116 €</b>
<b>J.</b>	Chambre double (WC, Douche) <i>Château de Gissac</i>	<b>92 €</b>

NB : Pour les formules G, H, I, J (Gissac) le petit déjeuner est servi au château et le déjeuner et le dîner à l'Abbaye. **Ces tarifs incluent pour le séjour le linge de toilette et la literie.**

Pour le stage de mai, ajouter taxe de séjour de 0,35 €/jour/pers.

### Attention :

- les prix ci-dessus sont forfaitaires et ne souffrent d'aucune réduction, même en cas de repas non-pris ou de départ anticipé.
- nous vous signalons que notre service de restauration n'assure pas de régime alimentaire spécifique.



## Abbaye de Sylvanès

Centre culturel de rencontre

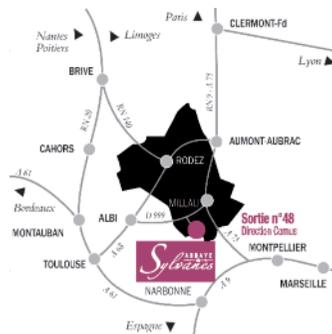
Nichée dans une vallée au cœur de la forêt, dans un cadre naturel et patrimonial d'exception, l'ancienne abbaye de Sylvanès est aujourd'hui un haut lieu de Culture, d'Art et de Spiritualité.

Labellisée Centre culturel de rencontre, la musique et le dialogue des cultures sont au cœur de son projet.

Avec pour objectifs majeurs « Expérimenter, partager, transmettre », il se décline autour de cinq axes principaux :

- un pôle patrimoine, découverte et interprétation du site
- un pôle de diffusion, création et production musicale dans le cadre du Festival international de Musiques Sacrées - Musiques du Monde (39<sup>e</sup> édition en juillet-août 2016).
- un pôle de formation et de pédagogie du chant pour amateurs et professionnels avec l'organisation de nombreux stages (chant choral, lyrique, sacré, technique vocale, académie de chant baroque, classes de maîtres...)
- un pôle d'éducation et pratiques artistiques des jeunes, par des actions de médiation et de sensibilisation
- un pôle de rencontre par des colloques sur le dialogue interculturel et interreligieux, des rencontres « du film musical », des voyages culturels...

Point fort du tourisme culturel en Aveyron, l'Abbaye de Sylvanès est labellisée Grands Sites de Midi-Pyrénées.



CENTRE CULTUREL DE RENCONTRE

Abbaye de Sylvanès - 12360 SYLVANÈS

Tél. : 05.65.98.20.20 / [abbaye@sylvanes.com](mailto:abbaye@sylvanes.com) / [www.sylvanes.com](http://www.sylvanes.com)



RÉALISATION MAQUETTE : Stéphanie PEZÉ

© Jean-Robert Loquillard



## Expression Théâtrale

### Les Fondamentaux par l'improvisation

23-24 avril  
28-29 mai  
22-23 octobre



# 2016

Grands Sites  
Midi-Pyrénées  
Millau  
AVEYRON

## PROGRAMME ET DÉROULEMENT

Ce cycle de 3 stages a pour objet de permettre à chaque participant de développer une boîte à outils qui pourra être mise au service de ses recherches d'expressions scéniques et permettre un regard « frais » sur ses propres acquis.

Il propose d'aborder en continu les notions d'équilibre de plateau, de placement, de voix, associées à la respiration, à l'écoute personnelle aux notions d'être et de faire.

Le soutien de texte ne sera pas utile au travail de recherche proposé. Il s'agit de prendre la mesure de son outil principal en expression théâtrale : soi-même. L'approche ludique et oxygénée permet d'explorer des aspects souvent peu exploités.

### Stage 1 : écoute et acceptation / personnage (corporalité) / dynamique et présence / 23-24 avril 2016

Apprentissage de l'écoute et de l'acceptation de l'autre, approche de la présence scénique par le personnage, expérimentation de la dynamique de jeu et de la notion de tension.

*Mise en relation sur scène, deux à deux puis en groupe afin d'expérimenter la force de l'acceptation des propositions extérieures / Faire feu de tout bois sur scène / Approche corporelle de la construction de personnage, mettre à profit la force du ressenti physique.*

### Stage 2 : rythme et récit / 28-29 mai 2016

Expérimentation de la rythmique du jeu, approche de la notion de récit et construction à partir des éléments rythmiques.

*Expérimenter la rythmique d'une scène et d'une succession de scènes / Ressentir la dynamique du jeu et la nourrir / Construire du récit à partir de sources diverses : propositions de jeu acceptées, volonté des personnages, accidents...*

### Stage 3 : narration et autonomie / 22-23 octobre 2016

Explorer différentes formes narratives et développer son autonomie de jeu, mesurer son impact sur la création collective.

*Expérimenter différentes formes de narration, ressentir les différences induites dans les corps, les propositions par les différents personnages, par le ton et l'univers de jeu / Essayer l'autonomie de jeu sur scène, ressentir son impact sur le jeu des autres, sur la dynamique du jeu.*

Les stages débuteront les **samedis à 10h** et se termineront les **dimanches à 17 h**. L'accueil des stagiaires se fera le samedi matin dès 9 h. Possibilité d'arriver la veille avant 18 h.

## PUBLIC

Ces stages « tous niveaux » s'adressent aux amateurs comme aux professionnels. Bien que le travail en cycle soit plus riche, il est cependant possible de ne suivre qu'un seul ou deux des stages. Les techniques et outils abordés sont utiles aux comédiens, mais aussi aux chanteurs, danseurs et musiciens souhaitant se livrer à une pratique plurielle sur scène.

## ENCADREMENT PÉDAGOGIQUE

### Jean-François ROUSTAN

Auteur et metteur en scène, il est le cofondateur de la compagnie *Cédille*, dont il porte la ligne artistique. La recherche qu'il mène sur l'improvisation depuis plus de vingt ans lui a permis de construire des formes théâtrales qui peuvent aller au plus près du spectateur, que ce soit dans les salles, hors des salles ou dans les entreprises. Ce travail lui a notamment permis d'explorer l'association de l'improvisation au texte et à la musique et de placer l'improvisation au service du sens plutôt que de la performance. Créée en 1994, *Cédille* a repris le flambeau du LITR, la première ligue toulousaine d'improvisation. Parallèlement à ses explorations dans le domaine de l'improvisation, la compagnie a toujours maintenu une forte implication dans la formation des publics. *Cédille* est avant tout un lieu de recherche et de création dans lequel artistes et techniciens peuvent trouver et construire un rapport différent au travail : la notion de plaisir y est centrale et côtoie celle d'engagement. Construire et se réaliser au travers de la créativité, dans la convivialité, avec rigueur, mais sans jamais se prendre au sérieux. [www.cedille.org](http://www.cedille.org)

**TARIF / stage : 125 € - Cycle complet : 330 €**

Ce stage peut être financé dans le cadre de la formation professionnelle continue. Sur demande, nous vous fournirons le devis et le programme de formation nécessaires au montage de votre dossier.

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

- Dans l'optique d'une formation qualitative et individualisée, ce stage est limité à 12 participant(e)s. Les places sont attribuées par ordre chronologique de réception du bulletin d'inscription.
- En cas de désistement moins de 8 jours avant le stage, l'adhésion et les acomptes seront retenus.
- L'Abbaye se réserve le droit d'annuler le stage si celui-ci est insuffisamment rempli (6 participants minimum).
- Retourner le bulletin d'inscription ci-contre accompagné des acomptes suivants : **(chèques séparés obligatoires)**

### Adhésion nominative obligatoire à l'association

(chèque à l'ordre de l'Abbaye de Sylvanès)

Membre sympathisant : **de 16 à 49 € / an**

Membre actif individuel : **à partir de 50 € / an**

Membres actifs couple : **à partir de 80 € / an**

### Acompte pour le stage : 80 € / pers

(chèque à l'ordre de l'Abbaye de Sylvanès)

### Acompte pour l'hébergement : 50 € / pers

(chèque à l'ordre de **Les Résidences de l'Abbaye**)

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

.....

Code postal : .....

Ville : .....

Tél. : .....

Portable : .....

Courriel : .....

Profession : .....

Age : .....

Je m'inscris au stage **EXPRESSION THÉÂTRALE**

les 23-24 avril  les 28-29 mai  les 22-23 octobre

Je détaille rapidement sur papier libre quelle est ma pratique théâtrale (débutant, amateur, professionnel) et quelles sont mes attentes par rapport à ce stage. Cela permettra au formateur d'adapter au mieux son enseignement.

Je joins un chèque de 80 € d'acompte par personne pour les **frais de stage** (chèque à l'ordre de l'Abbaye de Sylvanès).

Je joins un chèque de.....€ (à partir de 16 €) d'adhésion à l'Association des Amis de l'Abbaye de Sylvanès. (merci de bien établir un chèque séparé de l'acompte à l'ordre de l'Abbaye de Sylvanès)

Pour mon **hébergement**, je choisis la formule :

A  B  C  D  E  F  G  H  I  J

Je joins un chèque d'acompte de **50 €** par personne pour les **frais d'hébergement** (chèque à l'ordre de **Les Résidences de l'Abbaye**)

J'arriverai le .....à .....h.

Moyen de transport : .....

J'accepte que l'on communique mes coordonnées à d'autres stagiaires pour un éventuel co-voiturage : je dispose de ..... places dans ma voiture au départ de .....

Comment avez-vous connu l'abbaye : bouche à oreille, site internet, presse, autre ? Précisez

.....

.....