

# Le labo vocal

Cours de chant en petit collectif, via l'expérimentation

Comme notre physique, notre voix nous identifie. Pour être "bien dans sa voix" comme on est "bien dans son corps", il faut l'apprivoiser, comprendre et savoir agir sur ce qui la relie au corps et à l'esprit. Cela permet aussi, au delà du plaisir du chant, de développer son assurance.

**Le labo vocal** a plusieurs ambitions, chaque objectif étant visé via l'expérimentation et la pratique :

- Se familiariser avec sa propre voix et avec celle des autres, développer l'écoute pour mieux accorder sa voix ;
- Comprendre et affiner l'utilisation de la respiration en tant que moteur du son ;
- Développer la technique vocale par l'expérimentation et le ressenti ;
- Parvenir à lâcher prise, débrancher la sonde, oser interpréter sans calcul, oser improviser sans prétention ;
- Affiner la perception rythmique ;
- Apprendre à mettre sa pratique individuelle au service du collectif ;

**Le travail se fera en groupe de 6 à 10 adultes, de tous niveaux.**

- Le travail sera à la fois collectif et individuel : chacun s'engage à jouer le jeu d'oser, devant les autres, à son niveau ;
- Chacun s'engage à la bienveillance et l'entraide vis à vis des autres, la critique n'ayant d'intérêt que lorsqu'elle est constructive ;
- Certaines œuvres travaillées pourront être construites collectivement en fonction des capacités et envies de chacun (découpage, interprétation, percus, contrechants), et chacun aura la possibilité d'y interpréter une partie en solo, soutenu par le groupe : L'individu est au service du collectif et vice-versa ;
- Pour parvenir au lâcher-prise indispensable à l'expérience, les partitions/paroles devront être lâchées au plus tôt et seront absentes des représentations (des techniques existent, personne ne sera laissé seul face à ses difficultés) ;

Bienveillance  
Confiance  
Lâcher-prise

Ecoute  
Collectif  
Individuel

Interprétation  
Exploration  
Improvisation

Contrechants  
Solos  
Polyphonies  
Percus  
corporelles