



# LES STAGES DE FLAVIEN

---

## BIOMECHANIQUE DE L' IMPRO

Ce stage intensif de trois jours rassemble 12 années de recherches afin de développer un style unique et le plus épuré possible.

Cet atelier est une tentative d'approche physiologique et biologique de l'improvisation. Nous essaierons de comprendre de quelle façon pouvons-nous produire les moments d'improvisation les plus purs.

Le Personnage, la Relation, et l'Histoire, 3 fluides, sécrétés par trois organes distincts : Le Corps, Le Cœur et le Cerveau.

Ces trois organes sont les 3 organes de l'impro.

Comment, quand et combien les utiliser pour créer des scènes posées et captivantes combinant jeu organique, émotionnel et intellectuel.

Techniques et outils: Improviser dans la détente, se rendre disponible, découvrir la scène.  
Tous niveaux / 3 jours / 16 max

## MOI, TOI, NOUS.

Cet atelier permet de travailler sur les 3 niveaux de scènes auxquelles tout improvisateur est confronté.

Parfois, on peut avoir le sentiment d'être perdu et de ne plus savoir improviser, de ne plus se trouver, d'avoir perdu son flow ou de ne plus trouver ses partenaires dans le jeu pour éviter le désastre et une mauvaise voire très mauvaise impro.

En fournissant des techniques spécifiques et des lignes directrices pour vous aider à construire une véritable confiance, de l'amusement et profonde connexion à vous-même ou à vos collègues improvisateurs, nous allons apprendre à revenir sur la bonne voie et ne jamais être perdu seul ou avec n'importe qui sur scène !!

Techniques et outils : connexion, relations, vérité, relaxation  
Intermediaire / 3 jours / 16 max

## LIS LA SCENE, NE L'ECRIS PAS!

On aurait tendance à comparer l'impro à une page blanche.

A mon sens, l'impro est une page dont le texte est déjà écrit à l'encre sympathique, il suffit simplement de le révéler.

Le postulat est que l'impro n'est pas un effort créatif, il s'agit d'une aptitude de l'artiste à être ouvert et suffisamment présent pour devenir le réceptacle et le medium au travers duquel l'art s'exprime.

Lors de cet atelier, je vous donnerai des lunettes pour tout voir, grâce à elles nous lirons les scènes, l'espace, les objets et bien sûr, nos partenaires.

Tout est déjà là, il n'a rien à transformer ou à créer. Il y a juste des instants qui demandent à être découverts.

Techniques et outils : jouer à partir de ce qui est là, découvrir la scène en s'inspirant de nos partenaires.

Intermediaire / 3- 6 h / 12 max

## L' ANIMAL SENSITIF

Le but de cet atelier est de libérer les capacités créatives de votre corps.

Votre corps est bien plus intelligent que votre cerveau et c'est un livre ouvert qui vaut le coup d'être lu !

Laissons nos cerveaux en loge et suivons notre instinct primitif. Ecoutons notre corps et nos sens.

Apprenez à être présents avec les 4 animaux élémentaires :

Le Singe (Terre) : Créativité Corporelle

Le Tigre (Feu) : Libérer votre Pouvoir

Le Requin (Eau) : Le 6<sup>ème</sup> Sens

Le Dragon(Air) : La Magie

**Compétences et outils** : relaxation, créativité, physicalité, magie.

Tous niveaux / 3 – 6 heures / 12 max

## PURE IMPRO

Cet atelier met l'accent sur l'improvisation organique.

Vous avez peur du vide, du lent, du silence, de l'inattendu ?

Nous allons explorer l'écoute globale et apprendre à révéler les scènes inconscientes qui demeurent tapies dans l'obscurité de nos peurs jusqu'à ce qu'on ose prendre le risque d'attendre ou se sauter dans le vide pour révéler la magie cachée derrière chaque instant...

Nous apprendrons à faire confiance au silence, à notre corps et notre instinct, à l'environnement et à nos partenaires, pour révéler une histoire authentique et la connecter à la scène et aux spectateurs.

Nous allons rejoindre le côté obscur, attendre et voir ce qui se trouve au-delà de la réponse de notre cerveau réactif et donner aux spectateurs, non pas ce qu'ils attendent, mais leur donner ce que vous êtes.

Techniques et outils: écoute globale, impro lente, trouver le jeu, objets et espace.  
Intermediaire +/- 3-6 heures / 12 max

## DANS LE PIRE DES CAS

Comment faire face aux pires improvisateurs et aux pires situations ?

Improviser demande de la prise de risque ainsi que de l'engagement envers ses partenaires.

Nous ressentons tous le besoin de sécurité sur scène mais cela nous rend souvent trop polis.

Nous étudierons les deux faces de la médaille et apprendrons comment briser les règles ainsi que composer avec ceux qui les brisent !

Pour ce faire, nous procéderons à une étude de cas concrets, alors venez avec vos casseroles et vos pires moments sur scène pour les transformer en moments de grâce !

**Compétences et techniques** : Prise de risque et gestion des obstructions.  
Tous niveaux / 3 – 6 heures / 12 max

## LES SONS DE L' IMPRO

Improviser avec des musiciens, c'est génial pour soutenir les atmosphères et ajouter de l'émotion aux scènes.

Comment faire pour soutenir et influencer nos partenaires sans musiciens ou bande sonore ?

Dans cet atelier vous découvrirez les outils de base pour apporter du soutien sonore en utilisant vos corps et vos bouches pour fabriquer des ambiances, de la musique, des chœurs, du beatboxing et des effets sonores.

L'objectif de cet atelier est de vous donner des outils pour explorer vous-même et vous amuser à définir votre propre signature sonore.

Attention ! Cet atelier ne requiert absolument aucune compétence vocale !

Techniques et outils: technique vocale et soutien des scènes  
Tous niveaux / 6 heures / 10 max

## YES NINJA

Comprendre les enjeux du OUI.

Devenir maître du OUI absolu.

Appliquer des méthodes concrètes pour dire OUI ET à tout, mais plus à n'importe quoi!

OUI est une philosophie pas un dogme

Techniques et outils: Acceptation absolue / Dire NON  
Tous niveaux / 6 heures / 10 max