

FORMATION

EXPLORATION DE LA CRÉATURE SONORE - VOIX & PERCUSSIONS CORPORELLES IMPROVISÉES



PRÉAMBULE

En prenant soin de notre corps-instrument, vous êtes invité.e à un processus immersif traversant une palette d'explorations musicales et corporelles visant à être autonome dans le jeu en gagnant en expressivité, spontanéité et liberté. Développer la créativité musicale organique grâce à son anatomie !

« Se sentir libre de communiquer et jouer en musique avec son corps, apprendre dans la détente, Cultiver le relâcher est ici très précieux. Chanter notre désir d'être, cultiver le temps présent et la spontanéité, prendre le goût du risque de se dévoiler, célébrer l'audace, tout cela est rendu possible dans un climat d'écoute et de bienveillance. Cette aventure humaine demande aussi bien sûr de la disponibilité pour s'autoriser à oser, en profitant du groupe pour se soutenir. C'est une invitation à naviguer et alterner entre les différentes attitudes que demande la musique collective comme pouvoir se fondre dans le groupe et se détacher en solo pour émerger de l'ensemble. »



PAR

RÉMI LECLERC
(LES HUMANOPHONES)**DATES**

Du 6 au 14 octobre 2026
(off le 10/10/26)

**HORAIRES**

10h-13h / 15h-18h

**DURÉE TOTALE**

8 jours / 48h

**LIEU**

La Grange du Serpolier,
Villeneuve de Marc (38)

**CONTACT**

Amélie GUILLERMET

Responsable du centre de
formation & référente PSH
formation@jaspir.com
07.69.58.11.13

PUBLIC VISÉ

- ▶ Musicien.nes, clowns, comédien.nes, acteur.trices, circassien.ns, danseur.euses professionnel.les ou amateurs.trices confirmé.es. Toutes esthétiques confondues.
- ▶ Pour les personnes en situation de handicap, nous contacter directement.

PRÉREQUIS

- ▶ Bases de technique vocale
- ▶ Expérience de jouer en groupe
- ▶ Bonne oreille et notamment oreille harmonique (pouvoir reproduire une voix à l'unisson et à l'octave, tenir sa voix au milieu d'une polyphonie),
- ▶ Pratique musicale
- ▶ Pratique corporelle (danse, cirque, sport ou art martial)
- ▶ Aisance et assise rythmique (pouvoir tenir une pulsation régulière, jouer les contretemps, sentir la mesure et les cycles)
- ▶ Expérience de l'improvisation (avoir déjà exploré seul ou à plusieurs l'improvisation vocale)
- ▶ Avoir un répertoire, composition ou reprise (minimum 1 titre)
- ▶ Adhésion annuelle à l'association La Fabrique Jaspir (10€)

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Cette formation propose un apprentissage par une traversée collective et individuelle des langages, techniques, expressions de la musique corporelle.

- ▶ Développer sa conscience corporelle et son sens musical dans la détente et le relâcher.
- ▶ Développer et cultiver la richesse percussive et expressive du corps musical-instrument et de la voix.
- ▶ Développer l'oreille musicale par une attention particulière à soi et aux autres.
- ▶ S'approprier du vocabulaire musical et développer son propre langage
- ▶ Affiner ses aptitudes rythmiques (techniques) et sensorielles dans la pratique musicale individuelle et collective de percussions corporelles
- ▶ Conscientiser et appliquer les paramètres de la musique (dynamiques de volumes, des tempi, de durée, densité).
- ▶ Développer la confiance et la spontanéité dans l'expression corporelle et l'improvisation vocale et percussive

COMPÉTENCES VISÉES

- ▶ Interpréter une partie rythmique corporelle amenée par le formateur
- ▶ Composer une partie rythmique corporelle et la reproduire
- ▶ Interpréter une chorégraphie percussive amenée par le formateur
- ▶ Composer un enchaînement dansé et percussif et le reproduire
- ▶ Chanter un morceau d'un répertoire existant en vous accompagnant d'une rythmique réalisée avec votre corps (percussions corporelles)
- ▶ Chanter une composition personnelle en vous accompagnant d'une rythmique réalisée avec votre corps (percussions corporelles)
- ▶ Ecrire un circle song pour quatre voix distinctes
- ▶ Ecrire un circle song pour quatre parties de rythmiques corporelles distinctes

DÉROULÉ DE LA FORMATION

Par l'écoute et l'expérimentation de jeux, études et techniques, chacun.e approfondira sa pratique des percussions corporelles et de la voix tout en consolidant son sens du rythme (fluidité, assise, coordination, cohésion) et son expressivité.

Mise en corps, Vocabulaire, Expressivité

– Ancrage postural, transferts de poids et d'équilibre – Respiration libre et pulsée, recherche de détente/tonicité et du relâcher permanent – Ondulations, pulsations, respirations – Initiation et pratique du Qi Gong, gymnastique douce de santé – Échauffement vocal et corporel guidé – Jeux coopératifs : Jeux de connexion et d'expression, utilisation de l'espace, développement de l'écoute.

– Création d'une dynamique dans le groupe. – Exercices ludiques de coordination – Découverte des sons du corps, explorer le potentiel percussif du corps, conscience des « timbres corporels » – Acquisition de vocabulaire percussif corporel existant et imaginé – Cultiver l'écoute, y goûter, l'augmenter

Travail rythmique et mélodique, harmonique

– Sensibilisation aux subdivisions rythmiques, clés rythmiques, polyrythmies en tant qu'auditeur et joueur – Chanter un rythme, le jouer, le danser. – Apprentissage d'une pièce orchestrale de musique corporelle constituée de pupitres rythmiques, mélodiques et harmoniques, apportées par l'intervenant. – Apprentissage avec le corps de rythmes et chants traditionnels brésiliens, Congo, Aka-pygmées, traditionnels français et imaginaires. – Traversée d'outils et d'études aboutissant à l'écriture en autonomie de formes rythmiques individuellement et par petits groupes.

Mouvement, dynamique

– Partir du geste producteur de son pour construire un mouvement dansé – Partir du geste dansé pour produire du son, puis une écriture sonore – Travail sur la source du geste musical et dansé : De quoi le corps s'anime-t'il ? – Découverte de chorégraphies percussives apportées par l'intervenant

Musicalité, Improvisation, Jeu

– Jouer sur les dynamiques de volumes, d'espace, de ruptures, de densité – Jeux d'exploration des intentions et de l'acte théâtral – Jeux d'improvisation collective et individuelle – Initiation aux circles song, (cercles de chants ou rondes de chant) consistant à se réunir en cercle pour improviser et jouer des motifs et grooves, pour créer, inventer, composer collectivement. Processus progressif contenant une famille de gammes de jeu, études et consignes de jeu. Approche polyphonique et polyrythmique.



LE FORMATEUR - RÉMI LECLERC

Pianiste diplômé de la Royal School of England, Je me passionne pour le jazz et musiques improvisées, me forma aux études acoustiques. J'ai recherché mon approche de la musique corporelle en établissant des ponts entre corps dansant et corps musicien. Fasciné par l'aspect spontané et nomade de produire des sons librement avec mon corps, j'ai voulu créer une musique sans frontières. Je fus disciple de Leon Parker, batteur New-Yorkais. Au retour de NY, J'ai créé avec Tioneb (Human beat box/ champion du monde) le duo atypique Human Player. J'ai joué dans nombreux groupes de jazz, gospel, soul, aux claviers/synthés vintage (hommage à Herbie Hancock), Stabat Akish (Tzadik New York). En 2013, je fonde la Cie des HUMANOPHONES explorant un langage musical intégrant corps, art de la voix et jeu d'acteur. Je réunis des chanteur.euses-percussionnistes autour du répertoire CORPUS. Je me forme et explore le mime, clown et pratique le Qi qong. Créations en cours: LE DILEMME DU HERISSON duo théâtre physique, ANTROPUS septet vocal, AKA FREE VOICES OF FOREST collaboration avec des autochtones Pygmées (Congo-Brazza) et Leila Martial. Je donne des stages à travers l'Europe, performe et enseigne régulièrement dans le cadre de l'International Body Music Festival. (Paris, Rome, Ghana, Athènes)

MÉTHODES, MOYENS PÉDAGOGIQUES & TECHNIQUES

De par leur essence, tous nos formateurs pratiquent une méthode pédagogique dite "active", et privilégient un apprentissage expérientiel où le stagiaire apprend en faisant.

MOYENS PÉDAGOGIQUES | Une bibliographie est disponible à la demande pour chaque formation pour se préparer ou aller plus loin. Le formateur adapte ses supports à sa discipline et aux besoins du stagiaire.

ENCADREMENT | le responsable du centre de formation assure le suivi des stagiaires en amont, pendant et après la formation. Un formateur professionnel, sélectionné par nos soins, assure la formation et le suivi pendant la formation.

ADAPTATION DES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES | Des bilans individuels peuvent être réalisés au besoin et/ou des bilans collectifs sont mis en place au cours de la formation et en fin de formation. Une évaluation de la qualité de la formation est demandée aux stagiaires et au formateur en fin de formation.

MOYENS TECHNIQUES | Des locaux et équipements adaptés aux exigences de la formation sont mis à disposition ainsi qu'un espace repos.

MOYENS PERMETTANT LE SUIVI & LA SANCTION DE LA FORMATION

SUIVI DE L'EXÉCUTION |

- ~ Signature des feuilles d'émargement par demi-journées par le stagiaire et le formateur
- ~ Convocation officielle
- ~ Certificat de réalisation de l'action de formation

SANCTION DE LA FORMATION |

- ~ Avant la formation : via entretiens téléphoniques (avec le responsable du centre de formation et /ou le formateur).
- ~ Pendant la formation, par le formateur et à la demande avec le responsable du centre de formation.
- ~ A la fin de la formation, par le formateur.
- ~ Après la formation (par le responsable du centre de formation) : via des questionnaires à chaud et à froid.

COÛT DE LA FORMATION

Pour toute demande d'informations sur les tarifs et possibilités de prises en charge, contactez le centre de formation.

MODALITÉS DE DÉROULEMENT

Rythme : en continu

Modalité de déroulement : Présentiel, en interentreprises

EFFECTIF

Maximum : 12 stagiaires

INFOS PRATIQUES

Cette formation se déroule en immersion avec la présence d'une cuisinière dédiée.

Vous souhaitez être indépendant? N'hésitez pas à nous consulter pour connaître les possibilités d'hébergement à proximité dans le livret d'accueil

FINANCEMENT POSSIBLES

- ▶ OPCO (ex : AFDAS, UNIFORMATION, Vivia..etc), FIFPL, FAF PM FAF Cea, AGEFICE, AGEFOS, Pôle emploi, Région, Département, Missions locales.
- ▶ Pour les salariés, rapprochez-vous de vos services RH dans le cadre du « plan de développement des compétences » ou de votre OPCO.
- ▶ Nos formations ne sont pas éligibles au CPF.
- ▶ Pour les financements personnels, nous contacter.
- ▶ Pour les personnes en situation de handicap, contacter notre référent handicap, Amélie Guillermet.

MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

Vous pouvez prendre contact directement avec Amélie Guillermet qui vous donnera les modalités d'inscription et de sélection ainsi que des informations sur les prises en charge possibles.

Après réception de votre dossier d'inscription, Sophie Boizot vous fera parvenir votre devis, puis votre convention, convocation et feuille de route.

Les inscriptions seront clôturées dès que le nombre de places disponibles sera atteint. Il est donc conseillé de vous inscrire le plus rapidement possible.