

Du 09/07/2023 au 15/07/2023

LIEU : Les Jardins Intérieurs (35h)

Inscription au stage : [cliquez ICI](#) ou bien

[LA VOIE DU CLOWN : À la découverte de ma créativité et de mes émotions : Existence](#)

Présentation du lieu : [cliquez ICI](#) ou bien

<https://www.existence.fr/fr/en-ardeche-du-sud#ae75>

Tarif hébergement : [cliquez ICI](#) ou bien

[Tarifs hébergement aux Jardins Intérieurs Ardeche EXISTENCE](#)

Animée par Cecilia Lucero

06 62 63 52 76

Quand j'ai commencé à pratiquer le clown il y a 20 ans environ j'ai senti qu'une grande porte s'ouvrait. J'ai trouvé un lieu où je pouvais exister en liberté avec mes qualités et surtout mes défauts. Le clown dans sa simplicité permet une énorme créativité, et invention et cela est inépuisable. Ce lieu m'offre de ne pas me comparer ni faire comme les autres. Il ne s'agit pas non plus d'atteindre un but, mais plutôt d'être en chemin. Sur ce chemin en continuel changement, comme un jouet qui se transforme sans cesse, je sens que je peux être avec les autres de manière plus authentique. Cette route me rend la vie plus belle, en tant qu'artiste, en tant que personne, et j'ai envie de la partager. Si l'aventure vous dit, faisons un bout de chemin ensemble, une promenade au cœur de cette aventure riche en émotions et en découvertes. La bienveillance, la confiance et la joie seront nos guides tout au long du voyage.

OBJECTIFS DE BASE : Les fondamentaux du clown. Réveiller les sens, fortifier les intuitions, ouvrir l'imaginaire, reconquérir sa spontanéité, forger sa singularité, accéder à une liberté plus grande, s'autoriser à vivre ses émotions, développer sa sensibilité, renforcer sa créativité, rire de l'imperfection. En utilisant la forme clownesque comme outil, nous vous proposons de vous amener à

- Favoriser la mise en confiance et la baisse progressive des inhibitions.
- Accueillir l'échec, faire ressurgir la joie.
- S'exercer à la pratique de l'amplification d'un état.
- Développer l'écoute et l'expression juste de son état présent.
- Vivre la rencontre avec le partenaire, avec le public et découvrir les possibilités multiples de jeu que cela implique.
- Apprendre à valoriser le détail
- Nous passerons en revue les fondamentaux : vivre le plateau au présent / les passages de relais / les montées d'états et les niveaux de jeu / l'importance des entrées et des sorties / la relation avec le public. Travail en solo /Duo/ Trio