



Baptême d'Improvisation



Prérequis : Toute personne ayant le souhait de passer un bon moment et de découvrir l'improvisation

Langue

Français

*Nombre total
d'heures du module*

2H

Description

Le Baptême d'Improvisation est un rendez-vous hebdomadaire gratuit et sans engagement proposé tous les vendredis soir par l'Ecole Improvidence pour venir s'initier à l'improvisation. 2 heures de cours rythmées d'exercices ludiques pour toucher du doigt quelques notions clés de l'impro : écoute, confiance, partage, générosité, plaisir du jeu !

2 heures pour goûter la délicieuse sensation du lâcher prise entre les mains expertes de nos formateurs comédiens. 2 heures après lesquelles vous ne saurez plus comment vous avez fait pour vivre sans l'impro !





Objectifs

- Etablir un premier contact avec l'improvisation
- Découvrir les bases de l'improvisation théâtrale
- Parcourir différents outils de l'improvisation
- Améliorer sa spontanéité
- Oser s'exprimer
- Gagner en réactivité
- S'amuser en lâchant prise
- Libérer sa créativité

Programme détaillé

Contenus

Le cours est composé de jeux et d'exercices d'improvisation qui s'enchaînent et emmènent petit à petit les participants à improviser de petites scènes de théâtre.

Après chaque exercice, un débriefing sera réalisé pour mettre en lumière les apports en jeu, dans la vie professionnelle et dans notre quotidien

Méthode / Outils

Jeux et exercices d'improvisation théâtrale essentiellement basés sur le travail :

- Des émotions
- Du lâcher-prise
- De la spontanéité
- Des personnages
- De la confiance en soi/ en l'autre
- De l'écoute
- De la construction collective
- De l'imagination





Informations complémentaires

Venir avec une tenue confortable dans laquelle vous vous sentez à l'aise.

Autres modalités liées à la gestion du cours

- Un mail de confirmation et de rappel de la bonne tenue du module sera envoyé une semaine avant la date de début.
- Une feuille d'émargement sera à signer au début de chaque séance de votre module.
- La formation est accessible uniquement aux personnes préalablement inscrites.
- Un questionnaire de satisfaction sera envoyé par mail à la fin du module
- Une attestation de fin de formation pourra vous être remise sur demande.

L'ensemble de nos formateurs sont des comédiens improvisateurs expérimentés et professionnels.

