

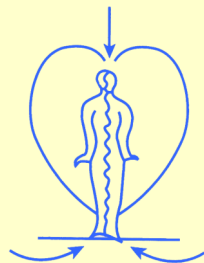


Le Chant de la Terre

2019-20

DU CHANT POUR TOUS !

Chant Adultes, Chant Prénatal et familial



Respirer, bouger, s'exprimer,
Oser la voix, oser vibrer,
Être



Du yoga du Verbe à la connaissance de soi,
le plaisir de chanter

Soulager et renforcer son organisme
Equilibrer voix et émotions
S'éveiller à une nouvelle cohérence

Ré-enchanter sa vie !



Séances collectives - Accompagnement individuel

Lettre d'Actualités et Programme complet sur demande ou sur le site internet
(Ateliers, consultations, stages, animations, horaires, tarifs, lieux de pratique...)

Renseignements : 06 37 59 25 79

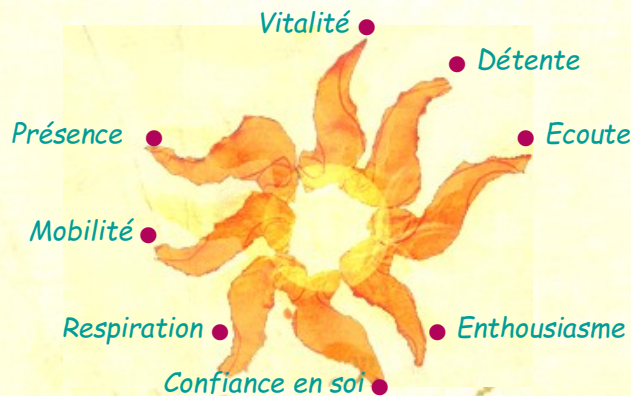
www.assolechantdelaterre.com - contact@assolechantdelaterre.com

HARMONISATION PAR LE CHANT

Une approche vivante de la voix

Un cheminement vers la connaissance de soi, de son corps et de sa voix

Accessible à tous, dans un but de détente, d'équilibre et de créativité



Harmoniser sa posture corporelle, émotionnelle et mentale

Décontraction corporelle, libération émotionnelle, lâcher prise

● L'art de la posture vocale ●

Chant adultes – Chant prénatal - Eveil enfants

PSYCHOPHONIE Marie-Louise Aucher®

Voix parlée, Voix chantée

Relier le corps et la voix

Se détendre, se tonifier, s'harmoniser

Affirmer et enrichir son expression vocale

Respiration, exercices corporels, résonances, éveil des 5 sens, points d'appui du chanteur, vocalises, chansons...

« La psychophonie... c'est un yoga extraordinaire d'identification à soi-même, d'équilibre et de joie de vivre. Je dis que c'est le yoga du Verbe ! » Marie-Louise Aucher, cantatrice et créatrice de la Psychophonie en 1960.

● L'art de la présence ●

Chant vibratoire - Voyages sonores - Cercles sonores

L'ARBRE DE VIE SONORE™

Harmonie Corps & Voix

Ouverture, dévoilement, libération de la voix

Harmonisation et unification de l'Être

Vers une pleine conscience dans l'action

Respiration, conscience corporelle, ancrage des 3 centres, mouvement spiralé et voiles de couleurs, sons & chants...

« Quand nous osons accueillir dans le cœur nos résistances, nous traversons nos pas-sages de vie en conscience. La voix se libère, les voiles de l'âme se dissipent, le chant de l'Être jaillit, telle une source qui nous abreuve... » K.S.

Séances collectives hebdomadaires à Brest et Lannilis

Séances mensuelles, stages, chant & nature, à Brest et Plouguerneau

Séances individuelles sur RDV à Brest et Lannilis

Harmoniser l'écoute intérieur-extérieur

Réduction du stress, expressivité, dynamisation

● Notre intervenante : Karine Seban ●

Pédagogue de la voix et formatrice, Praticienne en Psychophonie mla®, membre agréée de l'IFREPmla, elle est formée en chant collectif psychophonie, chant prénatal, familial, chant maman-bébé et accompagnement individuel.

Harmonisatrice sonore, inspirée par ses différentes rencontres artistiques, elle expérimente depuis 24 ans les relations vivantes entre le mouvement, la voix et la connaissance de soi. Elle a créé une méthode d'harmonisation : *L'Arbre de Vie Sonore™*, processus de dévoilement de l'être par le chant.

Elle est également Maître praticienne en *Numen Process - Ontobionomie* ©, processus d'accompagnement individuel vers l'épanouissement personnel.

● Les Ateliers du Changement ●

Outils pratiques du quotidien

Respiration naturelle et consciente

Ancrage, Alignement et Cohérence

Vision éclairée & Présence à soi

Arbre de vie & symbolique

Séances à la carte

● Harmonisation de Vie ●

**Accompagnement individuel
avec la méthode Numen Process ©**