

« le chant du bien-être »

stage avec Anne Fromm

les 02 & 03 juin 2012 à Lyon



au jardin de soi / 63 rue de Belfort 69004 Lyon / www.jardindesoi.net

Au jardin de soi vous propose un stage

« le chant du bien-être » avec Anne Fromm

les 02 & 03 juin 2012 à Lyon (69001).

Il ne s'agit pas d'un stage de chant « technique » mais d'une approche globale du chant pour nous sentir bien dans notre corps et notre vie de tous les jours. Nous sommes nombreux à avoir expérimenté le plaisir que nous procure le chant. Mais la voix peut bien plus que cela. Dans toutes les cultures anciennes elle est reconnue comme un outil de guérison puissant. En effet, le son agit en profondeur sur l'organisation de nos cellules et peut nous toucher au plus profond de notre âme.

Le stage s'adresse à tout ceux qui souhaitent se faire du bien par la voix et trouver un réel mieux-être grâce au chant. Nous allons explorer notre voix et ses capacités de guérison à travers différentes techniques :

- le chant des voyelles
- le chant harmonique
- le chant intuitif
- la polyphonie improvisée
- les sons taoïstes d'auto-guérison et autres...

Ces outils peuvent être très efficaces pour faire disparaître fatigue, dépression et douleurs physiques. Ils nous aident à toucher chaque partie de notre être et équilibre les niveaux physique, émotionnel et énergétique.

Les horaires seront de 10h à 12h30 et de 14h à 16h30 les deux journées. Le coût du stage est de 160€.

Pour s'inscrire, envoyer un chèque d'arrhes de 50€ à l'association :

Au jardin de soi,

63 rue Belfort
69004 Lyon

Pour d'autres informations vous pouvez contacter Anne Fromm par mail :

a.fromm@wanadoo.fr



Anne Fromm, chanteuse et comédienne, donne des cours de chant et d'expression scénique depuis plus de 10 ans. Après avoir été formée en shiatsu et d'autres techniques de thérapie corporelle elle s'intéresse de plus en plus à trouver un lien entre le chant et la santé. Avec sa formation en sonologie auprès d'Emmanuel Comte elle a trouvé des nouveaux outils et exerce le « toucher par le son » au sein de l'association Au jardin de soi : www.jardindeso.net.