

MOUVEMENTS & VOIX DANS L'IMPROVISATION

STAGES PRO
2026

DU 1 AU 3 MAI 2026 – 18 HEURES – QUINCEROT (21)

Avec Christine Bertocchi et Agnès Benoit

Depuis de nombreuses années Christine et Agnès tissent de nombreux liens entre leurs pratiques respectives de l'improvisation. Pour la première fois, elles proposent un stage en binôme autour de la voix et du mouvement. Afin de plonger dans un travail individuel pour ensuite créer du commun, elle proposerons des temps de pratique autour de la méthode Feldenkrais et du Mouvement Authentique, pour ensuite cheminer vers un engagement corporel et vocal, au service de l'improvisation. La conscience du corps dans l'espace, la relation aux autres seront abordées à travers des propositions à la fois ludiques et intensives.



HORAIRES

VENDREDI, 1 MAI

11h-13h

14h30-18h30

SAMEDI, 2 MAI

9h30-12h30

14h-17h

DIMANCHE, 3 MAI

9h30-12h30

14h-17h

MÉTHODES MOBILISÉES

- Exercices respiratoires et corporels au sol, assis et debout (méthode Feldenkrais)
- Mobilité des suspenseurs du larynx, des mâchoires, de la langue et des lèvres pour développer une articulation fluide et précise
- Exploration des registres (voix de têtes/voix de poitrine)
- Anatomie de l'appareil vocal
- Relations entre gestes et intentions vocales
- Exploration des résonateurs
- Jeux sur les différents placements de voix et leurs « déplacements »
- Transmission orale, jeux d'imitation et de transformation
- Improvisation collective de séquences musicales et gestuelles
- Relation entre regard intérieur et extérieur
- Travail de précision sur le retour oral
- Travail de relation à l'espace et au groupe
- Exploration du toucher, du transfert du poids
- Pratique de temps d'écriture individuels
- Pratique d'improvisation en solo - duo - groupe

MODALITÉS D'ACCÈS À LA FORMATION

Limité à 14 participant•es

Les candidatures sont traitées par ordre d'arrivée après réception de votre CV et lettre de motivation et dans la limite des places disponibles. Une validation par l'équipe pédagogique vous permettra de procéder à votre inscription.

TARIFS

Cette formation peut être prise en charge par votre OPCO (AFDAS, UNIFORMATION, FONGECIF,...) ou votre employeur (Ville, Conservatoire,...), dans le cadre de vos droits à la formation continue. Quelques places sont disponibles en financement individuel. N'hésitez pas à nous contacter pour que nous établissions un devis.

Contact : Pablo VIETTE, accueil@uninstantalautre.com - 06 25 11 20 29

LIEU DU STAGE

Studio de la compagnie D'un instant à l'autre (2 rue des souillas, 21500 Quincerot) en Côte d'Or, à 10mn de la gare de Montbard (TER et TGV).

Le lieu de la formation est accessible aux personnes à mobilité réduite.

PUBLIC CONCERNÉ

Ce stage s'adresse aussi bien aux artistes de la voix qu'aux personnes investies dans le mouvement (danseur•euses, circacien•ne•s, comédien•ne•s).

PRÉREQUIS

Chanteur•euse•s ayant déjà expérimenté l'improvisation non-idiomatique, comédien•ne•s et danseur•euse•s ayant une expérience préalable de la voix chantée, musicien•ne•s-intervenant•e•s ayant une pratique vocale soutenue, chef•fe•s de chœur ayant déjà une pratique de l'improvisation vocale.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Pour toute question relative à l'accueil de personnes en situation de handicap, merci de contacter Pablo VIETTE :

accueil@uninstantalautre.com

MÉTHODES MOBILISÉES

Nous prendrons le temps de faire des bilans de travail chaque jour pour identifier les évolutions, les attentes, les nécessités de chacun•e.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Une auto-évaluation sera faite par chaque stagiaire à l'issue de la formation. Le ou la stagiaire aura ainsi la possibilité de se projeter dans le développement des compétences acquises, et repérer les compétences restant à acquérir.

BIOGRAPHIES

CHRISTINE BERTOCCHI

Chanteuse, performeuse et directrice artistique

Performeuse, chanteuse, compositrice et improvisatrice, Christine Bertocchi a suivi une formation pluridisciplinaire avant d'être interprète pour plusieurs metteurs en scène de théâtre contemporain. Elle aime mettre sa pratique vocale au service des compositeur·rice·s et auteur·cie·s contemporain·e·s. Installée en Bourgogne-Franche-Comté, elle fonde en 2005 la compagnie D'un Instant à l'autre, qu'elle co-dirige avec Guillaume Orti et Didier Petit, et au sein de laquelle elle mène ses propres créations musicales (dont *Voie Ouverte* en 2007, *En Aparté* 2010, *Multivox* en 2013, *Engrenages* en 2015, *Bon voyage* en 2018, *Imbrications* en 2025) et participe à des projets collectifs (dont D.U.O. depuis 2014, *À la croisée des voies* depuis 2017, *Twining* depuis 2020) pour la scène, des espaces patrimoniaux ou en nature. Elle s'intéresse particulièrement aux dispositifs qui facilitent l'écoute du public, la rende plus active et participative, en créant des installations spécifiques, des situations musicales qui s'inscrivent dans l'environnement ou des pratiques préparatoires qui invitent à développer des relations sensorielles au monde sonore. Praticienne Feldenkrais®, certifiée en Anatomie de la voix et formatrice en technique vocale et en improvisation, elle intervient pour des stages pour des artistes professionnel·le·s de la musique et du spectacle vivant ou lors de leur formation initiale (CFMI, CNFPT, Pôles sup, stages Afdas, Université Paris 8 - Département Danse,...).



© Julien Orti

PARCOURS CRÉATIONS EN COURS

ESM
CFMI

AGNÈS BENOIT

Danseuse, pédagogue

Danseuse et pédagogue, Agnès Benoit a longtemps partagé sa vie entre la France, l'Angleterre, les Etats-Unis et l'Allemagne. Le partage et la réflexion autour du corps en mouvement ont toujours été son point d'ancrage, son terrain de jeu...

Diplômée de Bennington College, aux Etats-Unis, VT, elle obtient un Bachelor of Arts et un Master of Fine Arts en danse. En 2007, après avoir enseigné à l'université de Rochester, NY, pendant 7 ans, elle s'installe à Berlin et crée Books on the Move, une librairie itinérante autour de la danse. Depuis 2013, l'aventure de Books on the Move se poursuit depuis Bordeaux, accompagnée de Stéphanie Pichon. Ensemble, elles co-fondent l'association Books on the Move et initient différents types d'ateliers et d'événements où se croisent lecture, danse, écriture et langues.

De sa longue pratique de l'improvisation au côté de Simone Forti, Mark Tompkins, David Zambrano, Julyen Hamilton... découle une série d'entretiens (*On the Edge/ Créateurs de l'Imprévu*, Contredanse, 1997), ainsi qu'une approche pluridisciplinaire expérimentale au croisement de l'improvisation en danse et de l'apprentissage d'une langue : Moving words in space.

BOOKS ON THE MOVE ON THE EDGE / CRÉATURES DE L'IMPRÉVU MOVING WORDS IN SPACE



© Maxime Couturier

PROGRAMME DÉTAILLÉ

VENDREDI, 1 MAI 2026

11h : présentation de la formation par les formatrices et présentation des stagiaires

11h30-13h : mise en disponibilité corporelle et vocale

14h30-17h15 : ateliers d'improvisation collective

17h15-17h30 : pause

17h30-18h30 : séance Feldenkrais sur la mobilité de la respiration

SAMEDI, 2 MAI 2026

9h30-10h15 : séance Feldenkrais sur la résonance de la voix dans le corps

10h15-11h15 : mouvement authentique

11h15-11h30 : pause

11h30-12h30 : ateliers d'improvisation collective

14h-14h30 : sieste-lecture (ouvrages sur l'improvisation)

14h30-16h30 : ateliers d'improvisation du solo au tutti

16h30-17h : Bilan de la journée, inventaire des pratiques, échanges sur les procédés pédagogiques expérimentés

DIMANCHE, 3 MAI 2026

9h30-10h15 : séance Feldenkrais sur l'articulation (mobilité des mâchoires, langue, lèvres)

10h15-11h15 : mouvement authentique

11h15-11h30 : pause

11h30-12h30 : ateliers d'improvisation collective

14h-14h30 : anatomie de la voix

14h30-16h30 : ateliers d'improvisation collective

16h30-17h : Bilan du stage et auto-évaluation

CONTACTS

Direction artistique

Christine Bertocchi

artistique@uninstantalautre.com

06 16 19 87 26

Guillaume Orti

contact@uninstantalautre.com

06 09 60 44 58

Didier Petit

didier.small@gmail.com

06 14 40 60 51

Administration

Attachée de production

Lië Chaillou

administration@uninstantalautre.com

Attaché de production (stages-pro)

Pablo Viette

accueil@uninstantalautre.com

Communication et diffusion

Attachée de diffusion et de communication

Pamela Mansour

com@uninstantalautre.com



© La Cité de la Voix

Qualiopi
processus certifié

 **RÉPUBLIQUE FRANÇAISE**

La certification qualité a été délivrée au titre de la ou des

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie
d'action suivante : **ACTIONS DE FORMATION**

d'un instant à l'autre...

D'un instant à l'autre...

uninstantalautre.com

2 rue des Souillas 21500 Quincerot - 06 25 11 20 29 - accueil@uninstantalautre.com
N°siret : 483 308 797 000 32 - APE: 9001Z / N° agrément formation : 26 21 02705 21