

# STAGE THÉÂTRE MASQUÉ

3 JOURS D'IMMERSION- 31 OCT AU 2 NOVEMBRE 2025

MARCILLAC-VALLON

9h30-17h30



**Tarif:** 240€ + 5€ pour association Lusine

**Lieu:** LUSINE - Cité Beausoleil - Marcillac Vallon 12330

**Infos et Inscriptions** Carole Bernard 06 18 65 37 81/ [carolebernard.cb@gmail.com](mailto:carolebernard.cb@gmail.com)

## PROGRAMME

Nous débiterons par un travail sur la lenteur, l'ancrage, la conscience corporelle et la présence scénique.

Nous évoluerons vers le jeu improvisé, la création spontanée et l'écriture plateau.

Du masque neutre aux masques expressifs, les participants seront invités à explorer postures, rythmes, voix, et présence afin de libérer leur potentiel créatif et expressif.

## QU'EST-CE QUE L'IMPROVISATION?

Improviser, c'est habiter pleinement l'instant présent.

C'est laisser émerger l'expression scénique à partir de l'écoute du corps, du souffle, du regard, du silence.

C'est créer une matière vivante à partir de soi, du lien à l'autre et de l'espace partagé.

Ralentir devient alors un acte fondateur. En s'accordant à son rythme intérieur, le corps devient source d'écriture, les gestes trouvent leur nécessité, les mots s'incarnent.

L'improvisation devient alors le socle d'une écriture de plateau, organique et poétique.

## CONTENU PÉDAGOGIQUE

### 1. Le ping-pong

Une règle essentielle du jeu scénique : alterner écoute et réponse, action et réaction.

Cette dynamique fonde l'improvisation, donne de la lisibilité au jeu et nourrit la créativité.

Qui regarde ? Qui agit ? Quelle est l'impulsion ?

Ce cadre permet de construire une histoire tout en libérant l'interprète.

### 2. Expression corporelle

Un travail de conscience fine du corps, de ses appuis, de ses rythmes, de ses contours.

Du ralenti à l'explosif, de l'immobilité à la danse intérieure, chaque mouvement devient langage.

Nous explorerons comment le corps devient l'outil premier de la présence scénique.

### 3. Le masque neutre

Outil fondamental du théâtre masqué, il permet de revenir à l'essentiel du jeu :

un corps à l'écoute, une parole silencieuse, un regard ouvert.

Il libère des automatismes, affine la perception de l'espace, clarifie les intentions et ancre le jeu dans la vérité du moment.

### 4. Les masques expressifs

Riches en émotions et en nuances, ils invitent à se mettre au service du masque :

écouter ses élans, explorer sa voix, son rythme, son imaginaire.

C'est un terrain de jeu fertile pour l'acteur·rice, mais aussi pour toute personne en recherche d'expression, de transformation et de liberté.

## PUBLIC CONCERNÉ

Cette formation est ouverte à toutes les personnes désireuses d'explorer l'expression par le corps, le masque et l'improvisation, dans un cadre bienveillant, ludique et exigeant.

Ouvert à tous : artistes, pédagogues, accompagnants, créatifs ou simples curieux.

👉 Aucun prérequis, seulement l'envie d'explorer et de se découvrir autrement.