



# Le corps du musicien

## ● Public concerné

Étudiants,  
Enseignants de toutes les disciplines,  
Directeurs et coordinateurs d'écoles de musique.

## ● Intervenant

### **Marie-Hélène GIRAUDEAU,**

Diplômée de l'École Gerda Alexander à Copenhague, intervenante en France et à l'étranger, elle est présidente de l'Association Astragale, qui rassemble des eutonistes professionnels, des musiciens et des chanteurs.

## ● Objectifs et contenu de la formation

Parvenir à exprimer la musique telle qu'on la ressent au fond de soi-même, en dépassant l'écran des inhibitions physiques et psychiques,  
Apprendre à jouer ou chanter en utilisant tout son corps et parvenir à s'exprimer sans tensions,  
Développer sa capacité de perception du corps dans l'immobilité, dans le mouvement et dans la relation avec l'instrument,  
Dénouer des tensions physiques, trouver des appuis intérieurs, maîtriser son trac,  
Découvrir comment apprivoiser et se libérer de ses douleurs, comment retrouver en toute circonstance une bonne posture osseuse.

## ● Calendrier

### **Mardis de 9h00 à 12h00**

08	janvier	2008
05	février	2008
18	mars	2008
22	avril	2008
13	mai	2008

## ● Tarif

35 € (enseignants et/ou résidents du Haut-Rhin).  
Joindre un chèque de caution de 35 € en attendant l'acceptation de la prise en charge par votre employeur.  
Autres publics : nous consulter.