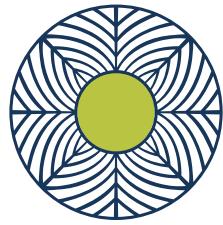




**Kankyo,
nonne bouddhiste
de la tradition zen.**



ACTEM
CENTRE DE YOGA

31 rue du Vieux Marché
aux Vins – STG
03 88 32 93 81
info@actem-yoga.com
hatha-yoga-strasbourg.com



LIBÉRER SA VOIX atelier tous niveaux

Dimanche 7 mai 2023 de 9h30 à 12h30 / 40€

Un atelier pour mieux connaître cette voix qui nous accompagne au quotidien. Comment la poser, lui donner de la puissance ? Comment se faire entendre sans forcer ? Comment chanter et laisser résonner ? Comment mieux respirer pour libérer le larynx ?

Quelques explications théoriques et beaucoup d'exercices pratiques, sans oublier quelques chants de mantras pour s'entraîner et se recentrer.

Cet atelier est ouvert à tous, quelque soit votre voix et les débutants sont les bienvenus !

Seul pré-requis : curiosité et envie d'apprendre !

Kankyo Tannier enseigne la voix depuis plus de vingt ans. Après une formation de base au Centre Polyphonique de Franche-Comté en 1997, elle a exploré différents domaines liés au corps (méthodes Feldenkreis et Bertherat, relaxation), à la lutte contre le stress (sophrologie, techniques de respiration, relaxation) et à la pédagogie, tout en continuant son travail de recherche vocale (avec Dominique Desmons et Miles Dempson -comédie musicale, jazz, chanson – Paris-). Depuis plus de vingt ans également, elle pratique chaque jour la méditation, activité développant la concentration et l'art de vivre au présent. Elle accompagne régulièrement des professionnels dans la découverte de leur voix : speaker ARTE, conférenciers, chanteurs...

Une vente de livres + signature sera organisée à l'issue du stage. L'ensemble des bénéfices sera reversé au projet "Un sanctuaire bouddhiste pour les animaux, la Ferme Kibo".

L'inscription sera validée à réception du règlement de 40 euros. Le stage est remboursé intégralement en cas d'annulation par l'enseignant ou si les conditions sanitaires l'exigent.

Nombre de places limité ! Prévoir des vêtements confortables, un petit coussin pour la méditation et de quoi prendre des notes pour le travail de recherche personnelle.



Je m'inscris à l'atelier de Kankyo du 07/05/23 et je joins un règlement de 40 euros.

NOM : Prénom :

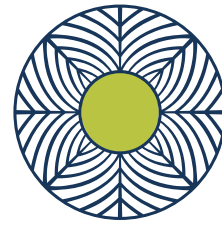
Adresse :

Mél. Tél. :

Mode de paiement : Espèces Chèque Date et signature



**Kankyo,
nonne bouddhiste
de la tradition zen.**



ACTEM
CENTRE DE YOGA

31 rue du Vieux Marché
aux Vins – STG
03 88 32 93 81
info@actem-yoga.com
hatha-yoga-strasbourg.com



LIBÉRER SA VOIX atelier tous niveaux

Dimanche 7 mai 2023 de 9h30 à 12h30 / 40€

Un atelier pour mieux connaître cette voix qui nous accompagne au quotidien. Comment la poser, lui donner de la puissance ? Comment se faire entendre sans forcer ? Comment chanter et laisser résonner ? Comment mieux respirer pour libérer le larynx ?

Quelques explications théoriques et beaucoup d'exercices pratiques, sans oublier quelques chants de mantras pour s'entraîner et se recentrer.

Cet atelier est ouvert à tous, quelque soit votre voix et les débutants sont les bienvenus !

Seul pré-requis : curiosité et envie d'apprendre !

Kankyo Tannier enseigne la voix depuis plus de vingt ans. Après une formation de base au Centre Polyphonique de Franche-Comté en 1997, elle a exploré différents domaines liés au corps (méthodes Feldenkreis et Bertherat, relaxation), à la lutte contre le stress (sophrologie, techniques de respiration, relaxation) et à la pédagogie, tout en continuant son travail de recherche vocale (avec Dominique Desmons et Miles Dempson -comédie musicale, jazz, chanson – Paris-). Depuis plus de vingt ans également, elle pratique chaque jour la méditation, activité développant la concentration et l'art de vivre au présent. Elle accompagne régulièrement des professionnels dans la découverte de leur voix : speaker ARTE, conférenciers, chanteurs...

Une vente de livres + signature sera organisée à l'issue du stage. L'ensemble des bénéfices sera reversé au projet "Un sanctuaire bouddhiste pour les animaux, la Ferme Kibo".

L'inscription sera validée à réception du règlement de 40 euros. Le stage est remboursé intégralement en cas d'annulation par l'enseignant ou si les conditions sanitaires l'exigent.

Nombre de places limité ! Prévoir des vêtements confortables, un petit coussin pour la méditation et de quoi prendre des notes pour le travail de recherche personnelle.



Je m'inscris à l'atelier de Kankyo du 07/05/23 et je joins un règlement de 40 euros.

NOM : Prénom :

Adresse :

Mél. Tél. :

Mode de paiement : Espèces Chèque Date et signature