

FORMATION PROFESSIONNELLE

BODY PERCUSSION : POUR UNE EXPLORATION LUDIQUE ET CRÉATIVE DE NOTRE CORPS SONORE, MUSICAL ET DANSANT, AVEC PERRINE CAMUS

Ce stage propose une exploration complète des percussions corporelles à travers trois approches complémentaires : technique, chorégraphique et vocale.

Le premier temps, centré sur la technique, invite à découvrir le vocabulaire du rythme par les percussions corporelles de base (clap, snap, stomp...) et à approfondir les notions de pulsation, de tempo et de subdivision. L'accent est mis sur le groove, la précision rythmique et le développement de la polyrythmie corporelle.

Le deuxième temps explore le lien entre geste sonore et rythme dansé : à travers l'improvisation guidée, les participant·es concilient liberté de mouvement et rigueur de la pulsation, avant de s'approprier une partition chorégraphique mêlant danse et body music, sur des bandes-son de styles variés.

Le troisième temps met le geste rythmique au service du geste vocal, d'abord en accompagnant un chant polyphonique par les percussions corporelles, puis en contexte improvisé (circle song), où le corps soutient et dynamise la création musicale instantanée.

Ce stage vise à construire un véritable répertoire de sons corporels, à en comprendre les bases rythmiques et à apprendre à les coordonner entre eux, avec la voix et avec le mouvement.

Formatrice : Perrine Camus,

pédagogue, danseuse, chorégraphe et body-percussionist

Lieu : Toulouse (31)

Durée de la formation : 10 heures

Dates et heures :

24/04/27 • 14h00 > 18h00

25/04/27 • 09h30 > 12h30 / 13h30 > 16h30

Nombre de stagiaires : minimum 12 et maximum 25

Formation à destination des :

- Chanteur·ses amateurs, en voie de professionnalisation ou professionnels
- Comédien·nes
- Conférencier·ères
- Enseignant·es
- Chef.fes de chœur
- Toute personne souhaitant mieux comprendre et utiliser sa voix à travers le corps

OBJECTIFS DE LA FORMATION

1. Acquérir le vocabulaire rythmique de base des percussions corporelles ;
2. Développer sa polyrythmie corporelle, sa précision rythmique et son groove ;
3. Relier geste sonore, danse et chant polyphonique ;
4. Construire un répertoire personnel de sons corporels.

Les compétences visées par cette formation pourront faire l'objet d'une évaluation.

PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis technique ; ce stage est ouvert à toute personne souhaitant explorer les percussions corporelles, la danse et la voix.

CE QUE VOUS DEVEZ PRÉVOIR

Tenue confortable, de quoi prendre des notes, une gourde

BODY PERCUSSION : POUR UNE EXPLORATION LUDIQUE ET CRÉATIVE DE NOTRE CORPS SONORE, MUSICAL ET DANSANT

PROGRAMME DE LA FORMATION (horaires sous réserve d'adaptation *in situ*)

JOUR 1 (samedi 24 avril 2027, 14h00-18h00) :

Mot d'accueil et introduction

Objectifs de la formation et attentes des participant·es

Accueil, présentation de la formatrice et du déroulé du stage

Découverte du vocabulaire rythmique de base : clap, snap, stomp et diversité des gestes du toucher au geste percussif

Approfondissement des notions fondamentales : pulsation, tempo, subdivision

Travail sur le groove et la précision rythmique

Exercices de développement de la polyrythmie corporelle, seul·e et en groupe

Premières combinaisons rythmiques, mise en pratique collective

Questions/réponses

Auto-évaluation

JOUR 2 (dimanche 25 avril 2027, 9h30-12h30 / 13h30-16h30) :

Accueil et introduction

Matin :

Retour sur les acquis techniques de la veille, échauffement corporel et rythmique

Exploration du lien entre geste sonore et rythme dansé

Improvisation guidée : concilier liberté de mouvement et rigueur de la pulsation

Appropriation d'une partition chorégraphique mêlant danse et body music, sur bandes-son de styles variés

Après-midi :

Le geste rythmique au service du geste vocal

Accompagnement d'un chant polyphonique par les percussions corporelles

Passage en contexte improvisé : circle song, où le corps soutient et dynamise la création musicale instantanée

Synthèse du répertoire personnel de sons corporels construit sur les trois temps

Bilan de clôture

Questions/réponses

Bilan de la formation

FORMATRICE

Perrine Camus

Parallèlement à ses études de théâtre et de philosophie, Perrine Camus débute sa formation dans divers styles de danses et de percussions. Elle rencontre dans la pratique des danses percussives comme les claquettes, le flamenco et les percussions corporelles la fusion idéale du mouvement et du rythme. En percussions corporelles, ce sont les enseignements de Jep Melendez, Nestor Busquets, Hofesh Shechter, Max Pollak, Olivia Rosenkrantz, Keith Terry, les Barbatuques et bien d'autres qui l'inspirent pour développer son propre langage à la fois musical et chorégraphique. Et c'est au sein du groupe Barcelonais TOC, qu'elle commence son travail de recherche et de création. Perrine Camus crée pour des compagnies de danse, compose pour des chanteurs et des ensembles vocaux et dispense régulièrement des stages pour diffuser l'originalité de ce langage auprès d'un large public, amateur et professionnel du spectacle

TARIFS ET INSCRIPTIONS

Tarifs de la formation :

- Inscription individuelle loisirs : 100 €
- Prise en charge en formation professionnelle : 240€ TTC

Inscription individuelle en ligne : via HelloAsso —

<https://www.helloasso.com/associations/les-elements/evenements/stage-body-percussion-avec-perrine-camus>

Inscription prise en charge formation professionnelle — Contact perrine.malgouyres@les-elements.fr

HANDICAP

Mission Voix Occitanie accueille les stagiaires en situation de handicap. Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référent-e handicap avant votre inscription pour que nous puissions adapter la formation.

Référente handicap de la Mission Voix Occitanie : caroline.reich@les-elements.fr

BODY PERCUSSION : POUR UNE EXPLORATION LUDIQUE ET CRÉATIVE DE NOTRE CORPS SONORE, MUSICAL ET DANSANT

QUALITÉ DE LA FORMATION

Cette formation respecte le cadre de la formation professionnelle.

Méthodes pédagogiques :

- Formation en présentiel.
- alternance d'apports pratiques et de mises en situation, travail individuel et collectif, improvisation guidée, sur les trois approches technique, chorégraphique et vocale.

Outils pédagogiques :

- Apports techniques et théoriques de la formatrice
- Exercices pratiques : expérimentation individuelle et collective, retours personnalisés de la formatrice.
- Mises en situation sur différentes chorégraphies percussives

Évaluation des acquis :

L'évaluation des acquis et la vérification de l'atteinte des objectifs de la formation auront lieu au cours de la formation et prendront la forme de :

- les observations et retours personnalisés de la formatrice en séance ;
- l'auto-évaluation des stagiaires en fin de première journée ;
- l'évaluation finale par la formatrice en fin de stage.

Évaluation de la qualité de la formation :

Bilan à chaud par questionnaire de satisfaction écrit, bilan à froid 6 mois plus tard