



Extrait du Vivre en Comminges

<http://www.vivreincomminges.org/Stage-Voix-et-Relaxation-MARTRES.html>

# Stage Voix et Relaxation :: MARTRES-TOLOSANE / AURIGNAC

- Répertoires du Comminges - Stages, cours et ateliers -

Date de mise en ligne : vendredi 12 février 2010

---

Copyright © Vivre en Comminges - Tous droits réservés

---

Les dimanches 28 février, 28 mars, 2 mai, 6 juin et 4 juillet 2010 de 10h à 16h30 à Matres-Tolosane ou à Aurignac.

## STAGE VOIX ET RELAXATION

Animé par

- ▶ Claire GUYOMAR, kinésiologue : [www.mouvements-relaxation.com](http://www.mouvements-relaxation.com) et intervenante pour l'[association "Je Bouge Donc Je Suis"](#)
- ▶ Caroline BONNAUD chanteuse

Claire GUYOMAR et Caroline BONNAUD interviewées par l'[équipe radio de Vivre en Comminges](#).

```
.mejs-container.mejs-dewplayer{background:none} .mejs-dewplayer .mejs-controls{background:none}
.mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-playpause-button{width:42px} .mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-playpause-button
button{background:url("https://www.vivrecomminges.org/plugins/auto/player/v2.7.7/css/img/controls-dewpla
yer.png") no-repeat left -32px;width:36px;margin-right:0} .mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-play
button:hover{background-position:left 0} .mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-pause
button{background-position:left -64px} .mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-pause
button:hover{background-position:left -96px} .mejs-dewplayer .mejs-controls
div.mejs-time-rail{padding-top:2px} .mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-time-rail
span{height:16px;border-radius:4px} .mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-time{padding-top:5px}
.mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-time-rail .mejs-time-total{background:#eaeaea} .mejs-dewplayer
.mejs-controls .mejs-time-rail .mejs-time-loaded{background:#eaeaea} .mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-time-rail .mejs-time-current{background:#A7DE6B} .mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-currenttime-container{position:absolute;top:4px;right:50%;margin-right:-18px;color:#fff;z-index:2}
.mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-currenttime-container::after{content:"|";display:block;position:absolute;color:#fff;right:-1px;top:1px;height
:16px;width:auto;padding:5px 0 0} .mejs-dewplayer .mejs-controls
.mejs-duration-container{position:absolute;top:4px;left:50%;margin-left:18px;color:#fff;z-index:2}
.mejs-dewplayer .mejs-controls .mejs-volume-button{width:1px;visibility:hidden} .mejs-dewplayer
.mejs-controls div.mejs-horizontal-volume-slider{width:1px;visibility:hidden}
```

**Interview sur des stages "voix et relaxation" (Aurignac et Martre) mars 2010 - 14min**

**Prochains stages :**

- ▶ Dimanche 2 mai à 10h à Aurignac à la salle des sports.
- ▶ Dimanche 6 juin dans l'après midi, stage de 2h seulement, pendant la foire Eco Nature de Martres Tolosane

Pour que la voix puisse jaillir de nous limpide, clair comme de l'eau.

Les mouvements de Brain-Gym, le Do In (technique énergétique chinoise) vont amener au corps la respiration nécessaire pour enlever les tensions.

Avec la relaxation nous laisserons circuler la respiration le son et le souffle.

*TARIF : 30Euros. Amenez votre pique-nique.*

**Association « Je Bouge Donc Je Suis » :**

3 avenue de la gare 31260 Salies du Salat

**Association « La bouche en coeur »**

dont l'objet est de promouvoir l'expression vocale sous toutes ses formes et l'échange avec d'autres formes d'art (théâtre, danse, etc.) en milieu rural.

2 avenue de la gare 31360 BousSENS.

Inscriptions : Tel. : 06.78.52.98.00 ou 05.61.97.92.84