

# BULLETIN D'INSCRIPTION

DU 25 FÉVRIER AU 1° MARS 2019

L'association *Du Monde au Balcon*  
vous propose

DU 25 FÉVRIER AU 1° MARS 2019

# UN STAGE

DE CHANT  
ET RANDONNÉE  
EN RAQUETTES



Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

.....

.....

Téléphones : ...../.....

Mail : .....

Je chante : oui non

Passé vocal et corporel (concernant la pratique du sport ou  
randonnées).....

.....

.....

.....

Avez-vous une paire de raquettes ?.....

.....

.....



STAGE AVEC HÉBERGEMENT

Animé par Blandine Griot (chant)  
et Fabrice Vaccari (randonnées)

Les Coulmes en Vercors  
38680 Rencurel

## LE CHANT :

Respirer, vibrer, trouver une utilisation juste de son corps et de sa voix.  
Trouver ou retrouver le plaisir musical de la polyphonie à travers l'écoute de soi, des autres, l'écoute des harmoniques.  
Le travail se fera en groupe, autour d'un répertoire de chant du monde.

## LA RANDONNÉE EN RAQUETTES :

Trouver le plaisir de la marche, écouter le crissement de la neige, se faufiler entre les arbres, explorer des secteurs inconnus...  
Partir à la découverte du patrimoine naturel et humain endormi, comprendre les étonnantes stratégies des végétaux et des animaux pour survivre à l'hiver...  
Vivre une expérience inédite en toute liberté. respirez, toucher, sentir, apprendre...

## LES COULMES EN VERCORS:

À mi-chemin entre Grenoble et Valence, au nord-ouest du Vercors, le massif des Coulmes est un petit territoire isolé au cœur d'une nature préservée et authentique.  
Comme une île sauvage retirée du monde, il recèle mille richesses: forêt de hêtres, falaises, grottes, plateaux, cirques, et lapiaz...  
Idéal pour de belles balades en raquettes et un grand bol d'air...!  
Le Vercors, c'est trop Coulmes...!!

### **BLANDINE GRIOT** est chanteuse et chef de chœur,

*Elle anime plusieurs ensembles vocaux dans la région grenobloise et aime croiser différentes pratiques avec le chemin de la voix lors de stages : théâtre, clown, qi gong...*

*Elle travaille avec différentes compagnies de théâtre ou clown (Cie la Belle Etoile, Cie le Bateau de Papier).*

*Sa recherche personnelle est basée sur un travail corporel à travers des pratiques telles que Feldenkrais, Yoga, Qi Gong.*

*Elle a travaillé avec Haim Isaacs et le Panthéâtre (issu du Roy Hart Théâtre), avec Sophie Magne en méthode souffle et voix et explore actuellement le travail infini de relation aux harmoniques.*

### **FABRICE VACCARI** est accompagnateur en montagne dans le Vercors-Trièves.

*Il propose toute l'année des sorties nature pour les enfants et les plus grands, et c'est avec plaisir et convivialité qu'il vous fera découvrir ses coins les plus secrets, raquettes au pied.*

**Stage ouvert à toute personne désirent explorer sa voix, ou approfondir ses connaissances, apprendre un répertoire polyphonique tout en profitant de la nature et du plaisir de la marche.**

**Aucun niveau n'est demandé autant en chant qu'en randonnée, et nous nous adaptons au groupe; cependant, nous effectuerons chaque jour des balades d'environ 3h avec une dénivelée maximum de 300 m**

Des infos complémentaires sur le lieu exact de rdv, les modalités d'accès et les possibilités de co-voiturage, la tenue, etc... vous seront communiqués à l'issue de l'inscription.

**Lieu :** hameau des Rimets, commune de Rencurel (Isère)

**Horaires :** L'accueil du premier jour se fera à 16 h.

**Dispersion :** le dernier jour vers 16 h.

**Fin de stage :** présentation du travail, le vendredi apm, sous la forme d'un concert (sous réserve).

**Tarif : 450€ (+5€ adhésion), qui comprend:**

- l'hébergement et tous les repas = 223€

- les frais pédagogiques = 227€

Hébergement au Gîte des Rimets ([www.gite-vercors-rimets.fr](http://www.gite-vercors-rimets.fr)) en chambres collectives de 2 à 6 personnes.

**Rens.** Fabrice : 06.66.30.72.68 [boufada@hotmail.com](mailto:boufada@hotmail.com)

Blandine : 06.87.24.65.80 <http://www.blandinegriot.com/>

[blandiniegriot@gmail.com](mailto:blandiniegriot@gmail.com)

### **Modalités d'inscription :**

Envoyer le bulletin ci-contre, complété, et accompagné de 2 chèques d'arrhes de:

- 60€, à l'ordre de **L'association Du Monde au Balcon**

- 60€ à l'ordre du **Gîte des Rimets,**

à l'adresse suivante:

**Association Du Monde au Balcon**

**La Chénevarie**

**38650 Château Bernard**

