

VOIX LIBRES RYTHMES ANCRÉS

VISITER EN TRIBU NOTRE HÉRITAGE SONORE ET VIBRATOIRE

SAMEDI 25 AVRIL 2026 10H À 18H

Une journée pour explorer la liberté de nos voix et le potentiel des rythmes en cercle, d'abord séparément, pour ensuite les unir dans un mariage magique et puissant, utilisé depuis la nuit des temps par tous les clans et tribus pour célébrer le vivant, expérimenter différents états de conscience, renforcer les rituels et souder le collectif.

Au son du tambour, nous mettrons nos corps en mouvement pour relâcher les tensions et les assouplir. Nous préparerons nos souffles et nos voix avec des pratiques, comme des éléments de la coordination respiratoire MDH ou encore le yoga du son de sorte à gagner en résonance et stabilité. Nous goûterons à la joie de pulser en cercle et en polyrythmie. Nous mettrons ensemble voix et rythmes et explorerons la relation entre tonalité et pulsation que chacun.e porte en lui avec l'aide de la tribu.

L'intention est de dilater la confiance, d'élargir la conscience et de libérer la voix, afin de laisser s'exprimer ce qui est déjà là : le souffle, l'élan vital, la capacité naturelle à entrer en relation par le son et le rythme.

INSCRIPTION

MATTHIAS · 079 381 73 17 · INFO@PULSUM.CH
WYNA · 076 448 27 23 · INFO@ATELIERVOIX.CH

HORAIRE

10H – ENV. 18H

À PRENDRE AVEC VOUS

PIQUE-NIQUE · HABITS CONFORTABLES · COUVERTURE ·
BOUTEILLE D'EAU
TAMBOUR SI VOUS EN AVEZ (DJEMBÉS ET AUTRES TAMBOURS
DISPONIBLES SUR PLACE)

LIEU

SALLE DU FLON (PARTIE BLEU)
RTE DU FLON 26 · 1610 ORON-LA-VILLE

ACCÈS

TRAIN LAUSANNE → GARE DE CHÂTILLENS
(LIGNE LAUSANNE-PAYERNE)
FRIBOURG → GARE DE PALÉZIEUX OU CO-VOITURAGE
(À ORGANISER PAR TÉLÉPHONE)

VOITURE PLAN SUR WWW.CERCLES.CH
PARKING EXTÉRIEUR DE LA COOP

PRIX

130.- (TARIF PETIT BUDGET SUR DEMANDE)

ANNULATION

MOINS DE 48H AVANT L'ATELIER : MONTANT DÛ EN TOTALITÉ

