Musikschule Biel
Ecole de Musique Bienne

VERBAND BERNISCHER MUSIKSCHULEN
ASSOCIATION BERNOISE DES ECOLES DE MUSIQUE



Masterclasses
Présence sur scène

«Un atelier orienté vers la pratique
avec de courtes prestations intégrées»

18 janvier / 22 février / 01 mars 2027

Se produire sur scène devant un public est une expérience très particulière, stimulante et enrichissante. Monter sur la scène et jouer nécessite aussi un peu de courage et une certaine force mentale, par exemple pour gérer le trac ou la crainte de jouer une fausse note. Avec ce workshop, nous souhaitons t'apporter quelque outils afin que ton expérience de la scène soit positive !

Dans cet atelier, tu recevras des outils théoriques et pratiques pour développer de manière ludique ta conscience corporelle et renforcer ta confiance en toi. Tu développes tes compétences et apprends à les utiliser comme des ressources. Ainsi, tu gagnes en présence sur scène pour exprimer encore mieux tes émotions à travers la musique. Afin de tester, d'approfondir et d'intégrer tes acquis directement face au public, nous consacrerons les deux dernières dates au développement des compétences scéniques sous forme de courtes auditions pratiques.

Dates, heure et lieu

- Lundi, **18 janvier 2027**, 18h30–21h30, salle 301 et salle 306
- Lundi, **22 février 2027**, 18h30–21h30, salle 301 et salle 306
- Lundi, **01 mars 2027**, 18h30–21h30, salle 301 et salle 306

Condition de participation

Ce cours est **ouvert à tous** les élèves du programme d'encouragement des talents ABEM Niveau 2 et peut également être suivi par les élèves du programme MiBiS Niveau 1 moyennant une participation aux frais.

Contenu

Nous faisons l'expérience de la scène d'une manière pratique

- La perception de l'espace scénique : quel est son impact sur nous, et quel est notre impact sur lui ?
- Entrer et sortir de scène
- Gérer le public
- L'espace entre les musicien·ne·s
- Notre posture
- Comment notre corps réagit-il au stress ?
- Prestations & pratique : Approfondissement actif des compétences de scène grâce à de courtes auditions accompagnées devant un public

Buts

- Élargir la conscience corporelle
- Renforcer ses propres aptitudes physiques, psychologiques et mentales
- Découvrir la respiration comme ressource
- Améliorer la concentration
- Apprendre à connaître une autre façon de gérer le stress et les émotions
- Appliquer, approfondir et intégrer durablement les acquis dans une situation réelle d'audition devant un public

Responsables du cours

- **Isabelle Freymond**, comédienne bilingue, metteuse en scène et pédagogue du théâtre, www.isabellefreymond.ch
- **Jörg Schneider**, artiste musicien professiomnel durant 30 ans et travaille aujourd'hui comme sophrologue, www.sofroy.ch

Frais de participation

- Élèves du programme d'encouragement des talents ABEM Niveau 2 : gratuit
- Élèves du programme d'encouragement des talents MiBiS Niveau 1 : CHF 50.00

Inscription

- Le nombre maximal de participant.e s est limité à 25 élèves. Les inscriptions se font au moyen du formulaire en ligne et seront prises par ordre d'arrivée.