

Séance avec Marc Ravayrol:

→ Nous nous sommes d'abord présentés.
Nous nous sommes mis en rond/cercle, nous devions tourner la tête vers la droite, attendre 3 secondes et dire "Bonjour, je m'appelle ..." de même pour la personne à droite.

Cet exercice nous fait prendre conscience de l'importance de prendre son temps en théâtre. 3 secondes, cela paraît rien mais dans l'attente, ça paraît très long.

→ Nous sommes ensuite rentrés dans la peau d'un "samouraï". Nous devions suivre les mouvements fait par Marc. Il fallait prendre une pomme, la croquer, marcher comme un samouraï...
Exercice pas très évident, mais bien à faire.

Cet exercice, nous apprend qu'il suffit d'activer l'imaginaire, avec n'importe quelle situation.

→ Nous nous sommes ensuite mis en ligne et nous devions dire "du sang", d'abord écourés puis ensuite affamés, presque comme un animal.



Exercice difficile pour ces changements d'émotions.

Puis Hélène et Christelle ont fait une sorte de parodie sur Lady Macbeth. Christelle faisait Lady Macbeth, sur une chaise et Hélène l'a parodié de manière grotesque.



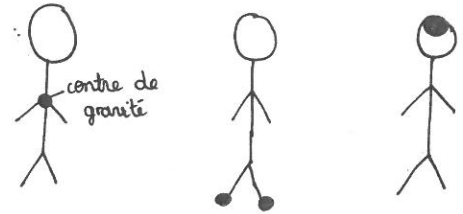
Pour un semblant de maîtrise du personnage.

→ Echauffement physique:

Avec différentes marches:

lent, rapide, molle, énergique...

Et également marcher avec le centre de gravité à différents endroits:



Après cet échauffement, nous devions faire des solos, avec chacun un "secret" différent. Le solo consistait à arriver sur scène, s'enlever les gants et le manteau et dire une phrase de Lady Macbeth.

Tout cela avec notre "secret" en tête. Pour ma part, je devais m'imaginer en train de marcher en équilibre sur une poutre avec un arc en ciel au dessus de moi.



Il fallait beaucoup de connaissance sur le personnage.

J'ai aimé le début de cette séance, mais la fin m'a paru un peu superficielle.