

Stage avec Zoé Bourdaud

LE SAM^OVAR

Public concerné

Ce parcours s'adresse à toute personne souhaitant découvrir le jeu clownesque en lâcher prise et à tout comédien voulant travailler avec l'infini pouvoir des émotions.

Prérequis pour participer

Avoir une expérience minimale de la scène, ne pas appréhender l'improvisation au plateau et être confortable à jouer avec l'autre.

«Stage de plongée : Les émotions en état clownesque »

Étape 1 : mise à disposition du corps

07 mars et 08 mars 2026
de 10 h à 17 h

Tarif : 177€ ou 153€* TTC

**Tarif OPCO: 234 €
+ 10€ de frais d'inscription à votre
charge**

**tarif réduit pour les personnes
résidant à Bagnolet ou second stage
au cours de la saison*

Objectifs

3 grands objectifs : reconnaître, accepter, exprimer les émotions.

- Une approche théorique de l'état, de l'émotion et du sentiment (et toutes leurs nuances).
- Le lâcher prise corporel (méditation, danse).
- Des exercices de prise de contact avec l'autre et son état (travail de connexion au groupe et aux émotions collectives).
- Des exercices de niveau d'état (intensité de jeu).
- La relation entre le corps et l'émotion (d'où peut partir une émotion, comment transmettre physiquement ce que l'on ressent).
- Impro clownesque solo, duo, trio autour de l'état émotionnel.

Présentation et contenu

Cette première étape fait partie d'un parcours, dont la deuxième se déroulera sur 5 jours en immersion.

Pour ces deux jours, l'objectif principal est de mettre le corps en état de « réception et acceptation » des émotions.

Les émotions sont des outils puissants pour le comédien clown. Lorsqu'elles sont assumées et reconnues, elles permettent une connexion à l'instant présent et donc, un état clownesque pur.

Les émotions peuvent être une signature, une arme, un jeu.

Comment les invoquer ? Comment les accepter ? Comment les partager au public et aux partenaires de jeu ?

Biographie

Zoé Bourdaud

Monteuse vidéo et comédienne clowne

Je m'appelle Zoé, j'ai 33 ans, je suis monteuse vidéo et comédienne clown. J'ai découvert la pratique du clown à l'école du Samovar (Paris) dans laquelle j'ai suivi une formation de deux ans afin de me professionnaliser. Et d'avoir un diplôme de clown... J'ai pu ensuite faire l'expérience de la pédagogie en accompagnant des élèves en formation dans leurs créations clownesques au travers d'exercices de lâcher prise, d'écriture, de techniques et approches apprises au cours de ma formation. Une formation qui ne s'arrête d'ailleurs jamais et qui va en dehors des limites de l'école. Car le monde du clown est infini et polymorphe. Il est riche de tout. En rires, en pleurs, en lâcher prise, en connaissance de soi et... en émotions. Mon clown : un être qui a trouvé sa puissance de jeu dans les émotions et la tragédie. Et comme tout n'est que partage, j'ai hâte de travailler, de transmettre, d'apprendre, et de jouer avec vous. En confiance et en conscience.

Contactez-nous

Téléphone

01 43 60 91 04

Email

formations.lesamovar@gmail.com

Site Internet

www.lesamovar.net

Adresse

165 Av. Pasteur, 93170 Bagnolet

LE
SAM^O
VAR

Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

