

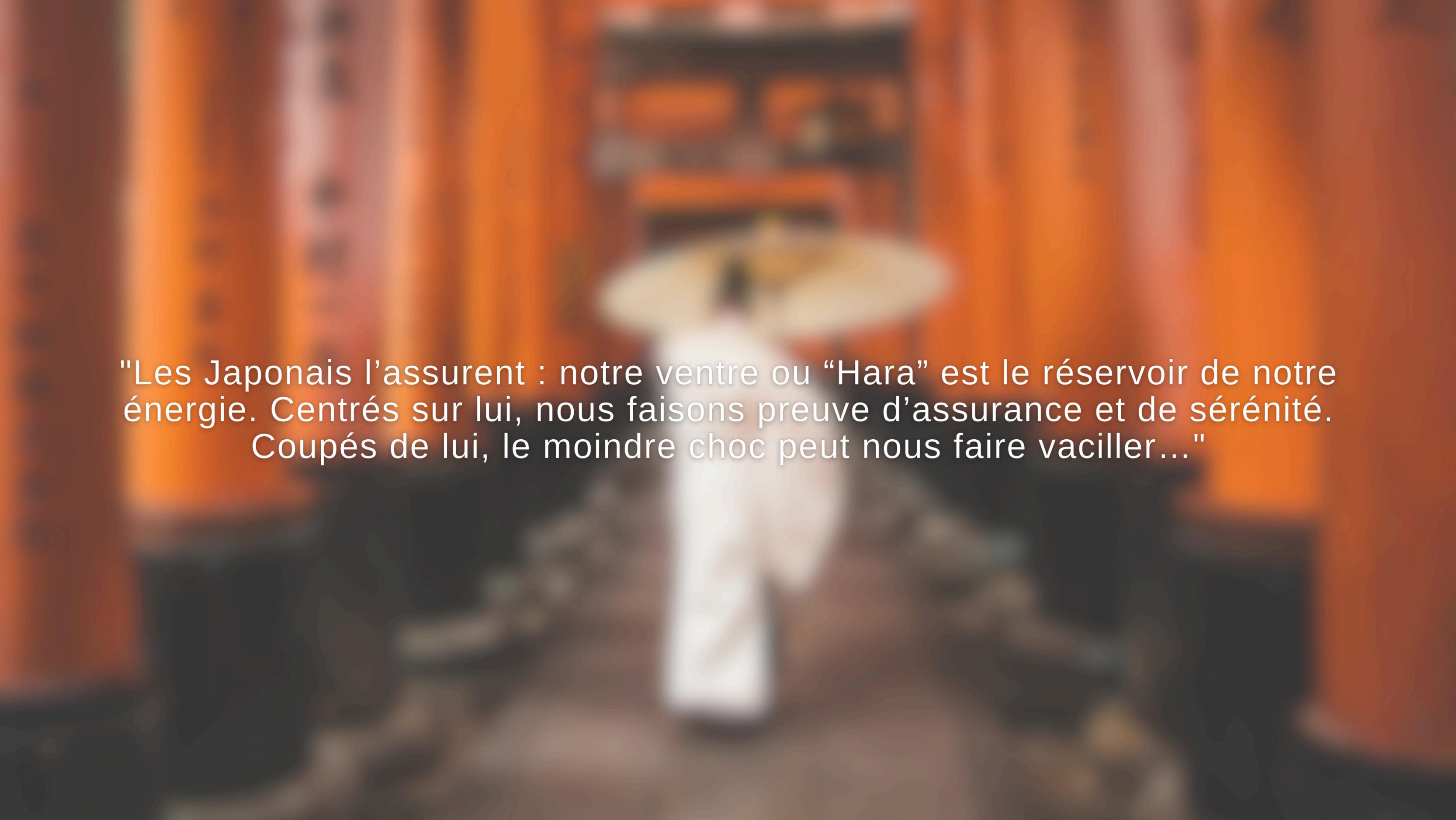


# LE CHANT DU HARA

STAGE DE CHANT

Du 23/05 (18h) au 25/05/2025 (18h)

BELGIQUE



"Les Japonais l'assurent : notre ventre ou "Hara" est le réservoir de notre énergie. Centrés sur lui, nous faisons preuve d'assurance et de sérénité. Coupés de lui, le moindre choc peut nous faire vaciller..."

# Le Stage

**Le chant en pleine conscience** est une discipline initiatique indispensable pour nous aider à retrouver notre centre d'énergie vitale.

Au programme :

**Relaxation** méditative, respiration centrée sur le coeur, mise en confiance

**Découverte** de sa matrice et sa colonne d'air  
Ancrage et posture

**Emission de sons**, de mantras et de mélodies visant à découvrir son être profond et à se concentrer sur le moment présent.

**Exploration** des intentions émotionnelles vocales

**Gestes corporels** associés aux gestes vocaux  
approche créative chantée sur des fonds sonores choisis

**Travail** sur une chanson ou une oeuvre



# Le Lieu du Stage



Château d'Assenois à Assenois (Léglise),  
demeure familiale pleine de charme,  
où l'on dîne aux chandelles, au coin du feu.

# LE DEROULEMENT

## 1er jour

Vendredi 23 mai 2025

- Arrivée : entre 17h30 et 18h.
- 18h30 : Accueil avec apéritif de bienvenue.
- 19h00 : Présentation du stage par Nicolas Luciani.
- 20h00 : Dîner.

## 2ème jour

Samedi 24 mai 2025

- Horaires du stage : de 9h30 à 18h
  - Pause déjeuner : vers 12h30.
  - Reprise : à 14h.
  - Deux pauses de 15 à 30 minutes prévues dans la journée.
- 20h00 : Dîner.

## 3ème jour

Dimanche 25 mai 2025

- Horaires du stage : de 9h30 à 18h (fin du stage).
  - Pause déjeuner vers 12h30.
  - Reprise : à 14h.
  - Deux pauses de 15 à 30 minutes prévues dans la journée.

Depuis 30 ans, Nicolas Luciani se consacre à la voix et à la musique en tant que coach vocal et vocalothérapeute, œuvrant en France, en Belgique et en Suisse.

Compositeur, auteur, multi-instrumentiste et réalisateur, son parcours est marqué par des projets variés et des collaborations prestigieuses :

- Coach vocal et metteur en scène pour TF1 depuis 10 ans.
- Compositeur et coach vocal pour "MOZART, l'opéra Rock".
- Collaborations musicales pour les albums de Florent Mothe et Ishtar Alabina.
- Ancien chargé de missions Musique auprès de la présidence de la République (2007/2008).
- Artiste produit par Charles Aznavour et Gérard Davoust.

En tant que vocalothérapeute, il coanime des séminaires et ateliers mêlant voix, psychologie, spiritualité et musicothérapie. Passionné, son travail allie exploration artistique et approche thérapeutique pour partager une vision inspirante et évolutive de la musique.



# TARIFS

- Stage : 245 € / personne
- Hébergement :
  - Chambre single + petits déjeuners + repas (bio) : 270 €
  - 
  - Chambre partagée + petits déjeuners + repas (bio) : 230 €

Réservation obligatoire



# Informations supplémentaires

**Le stage est ouvert à tous :**

*chanteurs débutants, confirmés ou non chanteurs.*

**Merci de vous munir :**

- *D'un tapis de sol.*
- *D'une tenue confortable.*

**Lieu du stage :**

Château d'Assenois,  
45 Rue de la Gaume, Léglise (Neufchâteau), Belgique.

**Pour tout renseignements complémentaires,  
vos interlocutrices privilégiées sont :**

**Alexiane Gillis**

mail: alexianegillis@gmail.com

tél: 0032 486.63.04.07

Facebook:

<https://www.facebook.com/alexiane.gillis>

**Dominique Erlbaum**

mail: dominiquerlbaum@gmail.com

tel: 0032 486 693 951

Facebook:

<https://www.facebook.com/dominiquerlbaum>