



FICHE D'INSCRIPTION STAGES LA LINA SAISON 25.26

DATES & HORAIRES

>> PARCOURS (réservé aux non-débutants)

Ces stages se déroulent sur un week-end entier

Samedi de 14h00 à 18h00 + Dimanche de 10h00 à 17h00

- Samedi 08 et Dimanche 09 Novembre 2025 : Qu'est-ce que tu racontes ?
- Samedi 10 et Dimanche 11 Janvier 2026 : Le rien est déjà quelque chose
- Samedi 07 et Dimanche 08 Mars 2026 : Mettre en scène l'instant

>> HORS-PISTE

Ces stages se déroulent sur une journée, de 10h00 à 17h00

- Dimanche 07 Décembre 2025 : L'impro chantée : de l'auteurice à l'interprète
- Samedi 14 Février 2026 : La musique au service de l'impro
- Samedi 11 Avril 2026 : Improviser l'intime, suspendre le temps

LIEU

Maison de Quartier de Doulon - 1, rue de la Basse-Chênaie - 44000 NANTES

Tram 1 arrêt Landreau - Bus 12 et 87 arrêt Colinière - Bus C7 arrêt Cousteau

Grand parking sur place

INFORMATIONS PRATIQUES

Prévoir une tenue souple et confortable.

Possibilité de réchauffer votre repas sur place.

TARIFS

PARCOURS : 140€ + 5€ adhésion - Tarif élève atelier LINA : 135€

HORS-PISTE : 70€ + 5€ adhésion - Tarif élève atelier LINA : 65€

Si vous souhaitez réserver plusieurs stages en une seule fois, vous bénéficiez d'une réduction :

- 2 stages « parcours » : 260€ (130€ / stage) + 5€ adhésion - Tarif élève atelier LINA : 255€
- 3 stages « parcours » : 345€ (115€ / stage) + 5€ adhésion - Tarif élève atelier LINA : 340€
- 2 stages « hors-piste » : 130€ (65€ / stage) + 5€ adhésion - Tarif élève atelier LINA : 125€
- 3 stages « hors-piste » : 180€ (60€ / stage) + 5€ adhésion - Tarif élève atelier LINA : 175€

Attention, cette réduction n'est valable que pour la réservation des stages en une seule fois et après réception du règlement global. Les inscriptions ne sont ni annulables, ni remboursables.

Ligue d'Improvisation Nantes Atlantique

Adresse postale / Siège social : 1, rue Jules Bréchoir - 44000 NANTES

tel : 02 40 30 11 76 - email : lalina@wanadoo.fr - site : <http://www.lalina.fr>

Siret 348 439 969 000 26 – APE 9001Z – PLATES-R-2021-0136302

MODALITES D'INSCRIPTION

Si vous souhaitez vous inscrire à un ou plusieurs stages de la LINA sur cette saison 25.26, merci de nous retourner le présent document complété et signé.

Le règlement se fait uniquement par chèque. Si vous vous inscrivez à plusieurs stages, merci de faire autant de chèques que de stages sélectionnés.

L'inscription sera effective dès réception du présent contrat dûment rempli, accompagné du ou des chèque(s) de règlement correspondant.

PARCOURS (réservé aux non-débutants)

- ☐ Samedi 08 et Dimanche 09 Novembre 2025 : Qu'est-ce que tu racontes ?
- ☐ Samedi 10 et Dimanche 11 Janvier 2026 : Le rien est déjà quelque chose
- ☐ Samedi 07 et Dimanche 08 Mars 2026 : Mettre en scène l'instant

HORS-PISTE

- ☐ Dimanche 07 Décembre 2025 : L'impro chantée : de l'auteurice à l'interprète
- ☐ Samedi 14 Février 2026 : La musique au service de l'impro
- ☐ Samedi 11 Avril 2026 : Improviser l'intime, suspendre le temps

NOM : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Date de naissance : _____

Téléphone : _____

Mail : _____

Elève de la LINA ? _____

Fait à _____, le _____

Signature :

Ligue d'Improvisation Nantes Atlantique

Adresse postale / Siège social : 1, rue Jules Bréchoir - 44000 NANTES
tel : 02 40 30 11 76 - email : lalina@wanadoo.fr - site : <http://www.lalina.fr>
Siret 348 439 969 000 26 – APE 9001Z – PLATES-R-2021-0136302

CONTENU DES STAGES - Qu'est-ce que tu racontes ? #PARCOURS 1

Vous aimez les histoires ? Vous pratiquez l'impro ou le théâtre et avez envie d'explorer de nouvelles façons de raconter ?

À travers des sketches improvisés, Zélie vous propose de vous concentrer sur l'écriture.

En jouant avec les points de vue, en bousculant la chronologie, en évoquant subtilement sans tout dire, en variant les registres, en s'aventurant hors du comique, vous vous exercerez à raconter une chose, un événement, une vie, même l'Histoire avec un grand H, de façon originale.

Le temps d'un week-end, Zélie vous invite à explorer en profondeur le travail d'auteur·autrice et à faire de l'histoire l'héroïne de vos impros.

Le stage se déroulera sur deux jours, avec un temps de rencontre, des échauffements, des jeux de connexion et de lâcher prise et des exercices.

Date et Heure : Le samedi 08 novembre de 14h à 18h et le dimanche 09 novembre de 10h à 17h

Lieu : Maison de Quartier de Doulon - 1, rue de la Basse Chênaie - 44000 NANTES

Coach : Zélie Ploquin

Stage pour comédien.nes confirmé.es

CONTENU DES STAGES - Le rien est déjà quelque chose #PARCOURS 2

En théâtre comme en impro, le faux est l'allié de l'interprète. Pour que le public ressente des émotions, il s'agit de se laisser traverser, simplement.

Entre incarnation sincère, silences habités et conscience du corps, retrouvez l'essence du/de la comédien·ne : un·e véritable athlète des émotions.

En s'appuyant sur deux grandes théories du théâtre, l'acteur studio et le théâtre du mouvement, plongez dans des émotions plus vraies que nature pour l'œil des spectateur·ices, mais sans douleurs pour l'improvisateur·ice.

Le stage se déroulera sur deux jours, avec un temps de rencontre, des échauffements, des jeux de connexion et de lâcher prise et des exercices.

Date et Heure : Le samedi 10 janvier de 14h à 18h et le dimanche 11 janvier de 10h à 17h

Lieu : Maison de Quartier de Doulon - 1, rue de la Basse Chênaie - 44000 NANTES

Coach : Ombéline Viet

Stage pour comédien.nes confirmé.es

CONTENU DES STAGES - Mettre en scène l'instant #PARCOURS 3

Une belle improvisation, c'est une mise en scène qui se crée en direct.

Marre des dialogues statiques, des personnages qui se parlent à un mètre de distance ou des mimes d'escaliers vus mille fois ? Le théâtre offre bien d'autres possibilités.

Ce stage propose d'explorer l'espace scénique : les rapports de distance, les types d'adresse, la place du corps et du groupe. En travaillant la composition visuelle et la présence, vous donnerez à vos improvisations une véritable dimension théâtrale.

Ligue d'Improvisation Nantes Atlantique

Adresse postale / Siège social : 1, rue Jules Bréchoir - 44000 NANTES

tel : 02 40 30 11 76 - email : lalina@wanadoo.fr - site : <http://www.lalina.fr>

Siret 348 439 969 000 26 – APE 9001Z – PLATES-R-2021-0136302

Des images fortes, durables, qui marquent la mémoire du public.

Le stage se déroulera sur deux jours, avec un temps de rencontre, des échauffements, des jeux de connexion et de lâcher prise et des exercices.

Date et Heure : Le samedi 07 mars de 14h à 18h et le dimanche 08 mars de 10h à 17h

Lieu : Maison de Quartier de Doulon - 1, rue de la Basse Chênaie - 44000 NANTES

Coach : Pierre Houzé

Stage pour comédien.nes confirmé.es

CONTENU DES STAGES - L'impro chantée : de l'auteurice à l'interprète #HORS PISTE 1

Vous pratiquez déjà la chanson (écrite ou improvisée) et vous souhaitez approfondir votre pratique ?

Le temps d'une journée, ce stage vous invite à explorer différentes facettes du/de la chanteur·euse : auteur·ice, compositeur·ice et interprète. Vous travaillerez la variation, l'interprétation et le chant à plusieurs, pour enrichir vos chansons improvisées et élargir vos possibilités.

Une journée pour expérimenter, tester, affiner... et repartir avec de nouvelles pistes pour nourrir vos futures improvisations chantées.

Le stage se déroulera sur un jour, avec un temps de rencontre, des échauffements, des jeux de connexion et de lâcher prise et des exercices.

Date et Heure : Le dimanche 07 décembre de 10h à 17h

Lieu : Maison de Quartier de Doulon - 1, rue de la Basse Chênaie - 44000 NANTES

Coach : Marie Quinquenel

Stage pour comédien.nes confirmé.es.

CONTENU DES STAGES - La musique au service de l'impro #HORS PISTE 2

Tu te demandes quand entrer dans l'impro, quel angle choisir, tu crains de te tromper, de prendre trop de place... ou pas assez ? En clair : tu aimerais savoir comment accompagner au mieux les improvisations théâtrales ? Ce stage est pour toi.

Viens avec ton instrument (et si tu n'en as pas, pas d'inquiétude, il y en aura sur place) et laisse-toi porter. Expérimente, tente, recommence, trompe-toi encore, jusqu'à découvrir qu'en réalité, tu ne peux pas te tromper.

Sous l'œil d'Yvon, expert en la matière, tu repartiras avec des tips concrets, des pistes de recherche et des axes de développement pour gagner en aisance et en liberté.

Le stage se déroulera sur un jour, avec un temps de rencontre, des échauffements, des jeux de connexion et de lâcher prise et des exercices.

Date et Heure : Le samedi 14 février de 10h à 17h

Lieu : Maison de Quartier de Doulon - 1, rue de la Basse Chênaie - 44000 NANTES

Ligue d'Improvisation Nantes Atlantique

Adresse postale / Siège social : 1, rue Jules Bréchoir - 44000 NANTES

tel : 02 40 30 11 76 - email : lalina@wanadoo.fr - site : <http://www.lalina.fr>

Siret 348 439 969 000 26 – APE 9001Z – PLATES-R-2021-0136302

Coach : Yvon Quevat

Stage pour comédien.nes confirmé.es.

CONTENU DES STAGES - Improviser l'intime, suspendre le temps #HORS PISTE 3

Et si le corps devenait votre point de départ ?

Par le travail du corps en mouvement, Aude vous propose d'explorer le rythme interne comme une partition et comme un outil d'écriture de l'improvisation. Habiter ses gestes, ralentir, étirer le temps : le corps devient moteur de jeu et ouvre à une théâtralité sensible et incarnée.

Le rapport à l'autre sera au cœur du travail : affiner l'écoute, jouer entre mimétisme et contrepoint, explorer les trajectoires, l'espace et le contact.

Dans un cadre clair, où confiance et consentement favorisent l'audace, vous laisserez émerger une écriture de l'intime, poétique et vivante.

Le stage se déroulera sur un jour, avec un temps de rencontre, des échauffements, des jeux de connexion et de lâcher prise et des exercices.

Date et Heure : Le samedi 11 avril de 10h à 17h

Lieu : Maison de Quartier de Doulon - 1, rue de la Basse Chênaie - 44000 NANTES

Coach : Aude Thumerel

Stage pour comédien.nes confirmé.es.

Ligue d'Improvisation Nantes Atlantique

Adresse postale / Siège social : 1, rue Jules Bréchoir - 44000 NANTES

tel : 02 40 30 11 76 - email : lalina@wanadoo.fr - site : <http://www.lalina.fr>

Siret 348 439 969 000 26 – APE 9001Z – PLATES-R-2021-0136302