

**iMPRO**  
alsace

# IMPRO WORKSHOPS

---

2021-2022



hello@improalsace.com  
**improalsace.com**

# LA COMPAGNIE

---

IMPRO ALSACE EST UNE COMPAGNIE CRÉÉE EN 2012,  
COMPOSÉE DE COMÉDIENS PROFESSIONNELS QUI  
AURONT TOUJOURS PLAISIR À VOUS FAIRE DÉCOUVRIR  
LES MULTIPLES APPLICATIONS DE L'IMPROVISATION.  
NOUS AVONS DÉVELOPPÉ UNE APPROCHE UNIQUE  
DANS NOS INTERVENTIONS, AVEC COMME OBJECTIF DE  
NOUS ASSURER QUE CHACUN PUISSE VIVRE UNE  
EXPÉRIENCE INÉDITE.



Comédien.ne.s

Cédric Marschal

Pauline Vernier

Michael Galmiche

Marie Hattermann

Laurence Kubler

Julien Mallet-Cosson

Fabien Fuhrmann

Dan Seyfried

Damien Bechler

Amandine Hobbé

Sarah Idczak

Musicien

Raphaël Szöllösy

# FABIEN FUHRMANN

## **FORMATION C.A.P.S - TRAVAIL AUTOUR DES UNIVERS ET MIMES**

On aborde dans cet atelier le jeu physique, le mime et le travail de la gestion de l'espace dans le but de pouvoir projeter sur scène un univers coloré en groupe ou tout seul.

On s'exerce au jeu sans parole, on pose des lieux riches et complets, on donne du rêve !

CAPS est un acronyme secret, c'est une sorte de formule qui changera votre vie.

---

Nombre maximal de participants : 12

Niveau : avancé à professionnel

Durées possibles : 3h / 6h / 12h - durée minimale conseillée : 6h

Pas de besoin particulier

## **LICORNES FLAMBOYANTES - JOUER GRAND**

"Jouer grand" qu'est ce que ça veut dire ? Avons nous envie de voir la suite de votre impro ? Sommes nous fascinés par ce que vous faites sur scène ? Est ce que Johnny Hallyday viendrait vous féliciter après le spectacle ? Cet atelier a pour objectif de vous faire prendre conscience de l'importance des concepts "Donner au public", "Assumer" et l'"Occupation de l'espace et de la lumière". Devenez des Acteurs rayonnants ; des Licornes Flamboyantes.

---

Nombre maximal de participants : 12

Niveau : avancé à professionnel

Durées possibles : 3h / 6h / 12h - durée minimale conseillée : 6h

Pas de besoin particulier

# CÉDRIC MARSCHAL

## MIME ET TRAVAIL DE L'OBJET

Cet atelier met le doigt sur un talent accessoire, qui fait pourtant parler de lui : le Mime.

Le travail de l'objet mimé, du corps en jeu, et la vision claire de l'environnement qui nous entoure sont des amis bien utiles pour rendre nos histoires plus vraies pour nous, nos partenaires et le public. Cet outil nous permet de réagir de manière plus crédible, plus réaliste dans la scène.

Dans cet atelier nous entraînerons nos corps à jouer réellement dans des environnements imaginaires, de les rendre plus visibles pour nous et le public. Il trouve son inspiration dans le travail de Lecoq, dans le clown et la commedia dell'arte.

Travailler son mime, ça se prend en main !

Nombre maximal de participants : 15

Niveau : débutant à avancé

Durées possibles : 3h / 6h / 9h

Pas de besoin particulier

## TON CORPS PEUT CRÉER 1001 PERSONNAGES !

Change ta voix, joue avec ton visage, transforme ton attitude ; ton corps est un incroyable outil de métamorphose !

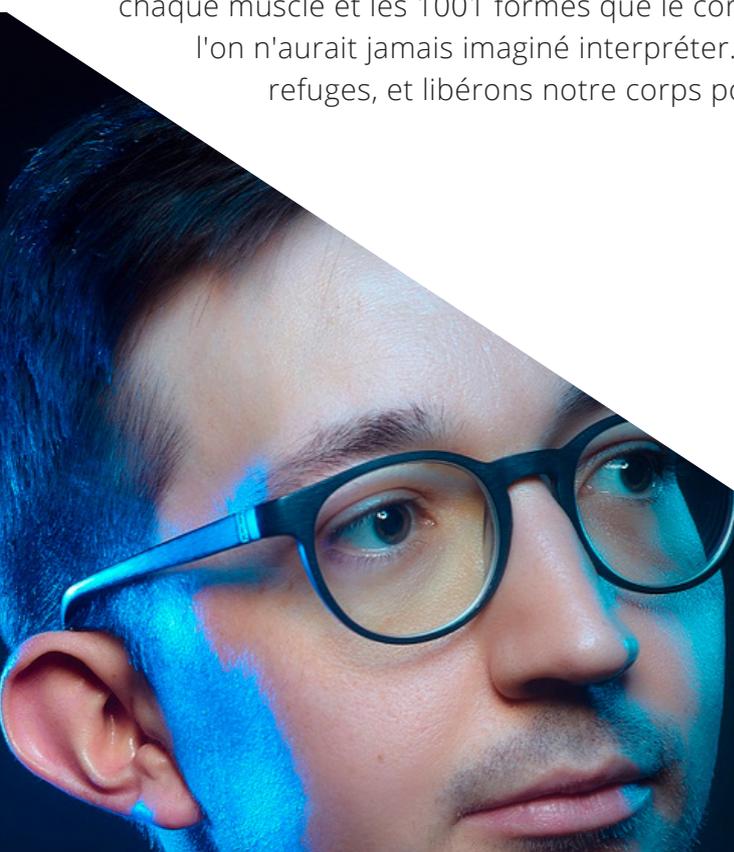
A travers des exercices guidés, basés sur le travail de Lecoq, nous découvrirons la puissance de chaque muscle et les 1001 formes que le corps peut prendre pour faire vivre des personnages que l'on n'aurait jamais imaginé interpréter. Ils sont tous accessibles, sortons de nos personnages refuges, et libérons notre corps pour révéler toutes ces facettes et nouvelles possibilités d'interprétations.

Nombre maximal de participants : 15

Niveau : débutant à avancé

Durées possibles : 3h / 6h / 9h

Pas de besoin particulier



# CÉDRIC MARSCHAL

## **METTONS DE L'ENJEU !**

Une scène de couple qui commence dans la cuisine, on l'a vue 15 000 fois. Mais comment faire de cette scène "banale" une scène unique et mémorable, sans avoir besoin de ramener des singes de l'espace et des T-rex zombies ? Revenons aux basiques d'une histoire, aux basiques de l'impro, l'enjeu d'une scène ! De manière graduelle nous allons décortiquer jusqu'au squelette de notre scène pour rendre ce qui semblait banal, touchant et unique.

Nombre maximal de participants : 12

Niveau : avancé à professionnel

Durées possibles : 3h / 6h / / 9h

Pas de besoin particulier

## **DÉBRANCHE TON CERVEAU - INITIATION AU FREE-FORM**

Notre cerveau est une formidable machine à créer des histoires, mais parfois c'est notre propre piège, notre seule barrière. Cet atelier vise à déconnecter notre cerveau et explorer ce que notre corps et notre imaginaire peuvent proposer, par des exercices guidés.

Pas à pas, nous abandonnerons le rationnel, pour laisser l'absurde et le stupide nous guider vers de nouveaux terrains de jeux.

Nombre maximal de participants : 12

Niveau : avancé à professionnel

Durées possibles : 3h / 6h / 9h

Pas de besoin particulier



---

# LAURENCE KUBLER

## DÉCIDER

Construire une histoire, c'est choisir (le prénom de son partenaire, le lieu où l'on pense être, l'intrigue que l'on va développer,...). Choisir c'est renoncer. Par peur d'être rude ou trop directif, on a parfois du mal à assumer ces prises de décisions. Résultat, les débuts d'impro sont longs, flous, et on avance pas ou peu.

Nous aborderons donc l'importance de la prise de décision en impro, ce qui peut le ralentir ou l'empêcher, et surtout comment se lancer et oser décider !

---

Nombre min et max de participants : 5 à 12

Niveau : débutant à avancé

Durées possibles : 3h / 6h

Pas de besoin particulier

## S'AMUSER

"Et surtout, amusez-vous." Ce petit conseil d'avant spectacle n'est pas si facile à appliquer. Parfois, on aimerait tellement s'amuser qu'on n'y arrive pas du tout. Nous explorerons donc des pistes et des biais par lesquels on peut chercher le plaisir d'être en jeu avec ses partenaires. Car jouer, n'est-ce pas d'abord s'amuser ?

---

Nombre min et max de participants : 5 à 12

Niveau : débutant à avancé

Durées possibles : 3h / 6h

Pas de besoin particulier



---

# LAURENCE KUBLER

## RÉAGIR

La construction d'une histoire ne se fait pas seul : une information, même capitale, peut passer à la trappe si le partenaire ne réagit pas. Pourquoi, et surtout comment réagir aux propositions, volontaires et involontaires, de nos partenaires ? Que faire, que dire face à une réplique ou une action faite sur scène ?

---

Nombre min et max de participants : 5 à 12

Niveau : débutant à avancé

Durées possibles : 3h / 6h

Pas de besoin particulier

---

# JULIEN MALLET-COSSON

## **CE QUE VOTRE CORPS DIT SUR SCÈNE (ET DANS LA VRAIE VIE AUSSI)**

Vous êtes des spécialistes du langage non verbal sur scène. Vous en doutiez ?

Cet atelier est une invitation à prendre conscience de ce langage, et à vous appuyer dessus afin d'améliorer l'interprétation corporelle de vos personnages. Vos relations avec vos partenaires de jeux gagneront en richesse et en subtilité, et vous vous ferez mieux comprendre du public... sans aucun mot.

Cet atelier s'appuie sur une discipline du langage non verbal (et la littérature scientifique).

Pour les curieux : Seront abordés dans cet atelier votre posture, vos gestes, vos expressions du visage, vos croisements de bras, de jambes et vos démangeaisons !

---

Nombre maximal de participants : 12

Niveau : débutant à professionnel

Durées possibles : 3h/6h/12h - durée minimale conseillée : 6h

Pas de besoin particulier

## **STATUT FAIBLE/STATUT FORT, OUI... MAIS ENCORE ?**

Le concept de statut faible/statut fort permet de créer des rapports de force intéressants entre protagonistes. J'adore ce concept ! Mais... est-ce que ces échanges se limitent à seulement deux statuts ? Inspirons-nous des relations humaines afin de révéler l'ensemble des niveaux de liaisons possibles dans une relation.

Devenez plus subtil.e.s dans vos personnages, créez de nouvelles formes de relations, plus riches, plus raffinées et plus psychologiques.

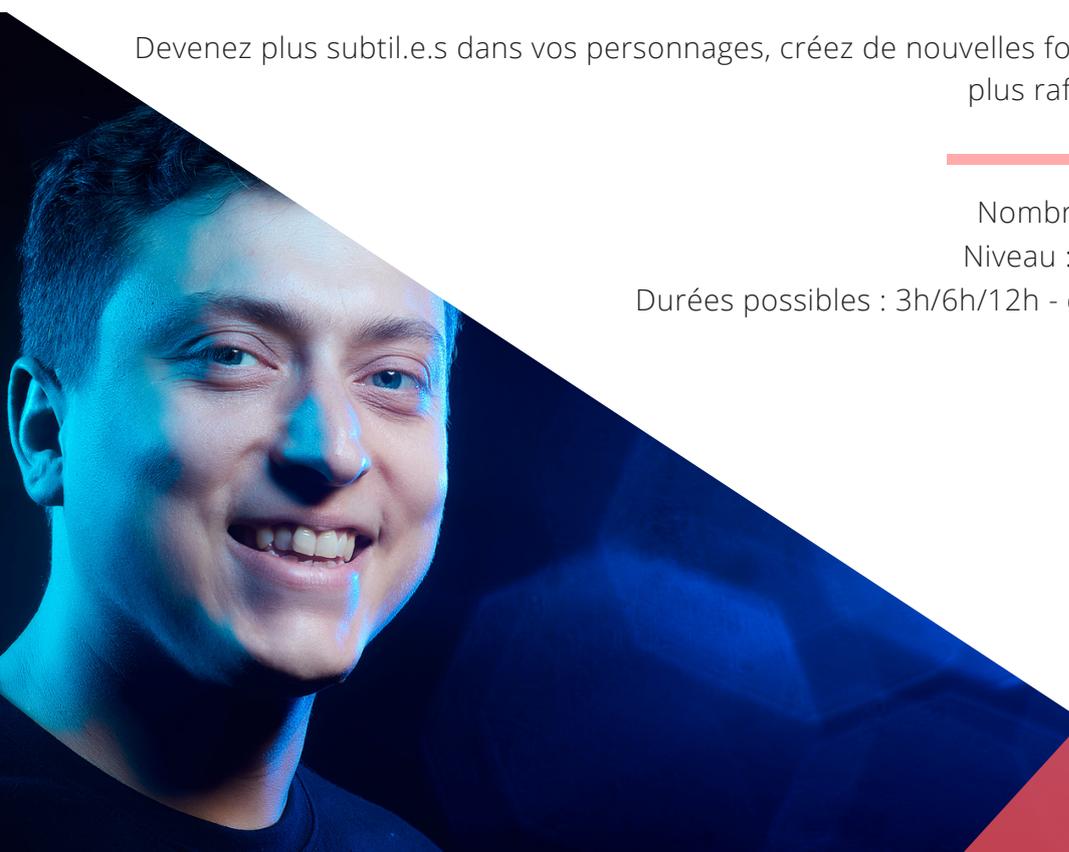
---

Nombre maximal de participants : 12

Niveau : intermédiaire à professionnel

Durées possibles : 3h/6h/12h - durée minimale conseillée : 6h

Pas de besoin particulier



---

# JULIEN MALLET-COSSON

## **JOUEZ SEUL.E ET SOYEZ ABSURDE**

Jouer seul.e sur scène peut parfois être effrayant. On ne peut s'appuyer sur personne d'autre que soi, dans ce vide immense, face à ce public qui attend tant de nous.

Dans cet atelier nous mettrons en évidence l'opportunité de ce vide afin de jouer une immensité de scènes. Nous créerons des situations inspirées de vous et du comique de l'absurde développé à L'école internationale de théâtre Jacques Lecoq.

Rendez-vous compte à quel point votre esprit est riche de créativité, surprenez-vous et découvrez à quel point il devient facile de s'amuser sur scène, même tout seul.

Tout ce qui sera vu dans cet atelier sera utilisable également en jeu collectif.

---

Nombre maximal de participants : 5 pour 3h, 8 pour 6h, 12 pour 12h

Niveau : débutant à professionnel

Durées possibles : 3h/6h/12h - durée minimale conseillée : 6h

Pas de besoin particulier

## **VOIR ET DONNER À VOIR**

Il a été prouvé scientifiquement que lorsqu'un mime est joué parfaitement, le public peut se projeter dans la scène, voire s'imaginer réaliser l'action. C'est pourquoi il est important de faire comprendre au public l'univers qui nous entoure, afin de les faire voyager visuellement avec nous. Cet atelier aidera à mieux percevoir l'environnement autour de soi, perfectionner son mime et solliciter au mieux l'imaginaire du public.

---

Nombre min et max de participants : 4 - 12

Niveau : avancé

Durées possibles : 6h / 9h / 12h

Pas de besoin particulier

---

# DAN SEYFRIED

## **HERE AND NOW - ICI ET MAINTENANT**

Pourquoi est-ce qu'on improvise ? Les improvisateurs oublient souvent le principal : la plus importante et la plus puissante des histoires est celle qu'ils vivent sur scène avec leur partenaire de jeu !

Dans cet atelier librement inspiré par la technique Meisner, on découvrira comment raconter cette histoire avec nos émotions, notre corps et notre instinct. Pour improviser sincèrement ici et maintenant avec notre partenaire.

---

Nombre maximal de participants : 8 (peut varier selon la durée)

Niveau : avancé à professionnel

Durées possibles : 6h / 9h / 12h

Pas de besoin particulier

## **UNPLUG YOUR BRAIN - JOUER À L'INSTINCT, SANS TON CERVEAU**

Notre cerveau est une formidable machine à créer et imaginer, mais parfois c'est notre propre piège, notre seule barrière. Cet atelier vise à déconnecter notre cerveau et explorer ce que notre corps et notre imagination peuvent proposer, à écouter sans conditions et soutenir ce qui est déjà là, à proposer sans se poser de question et à s'amuser sans rationaliser.

---

Nombre maximal de participants : 12 (peut varier selon la durée)

Niveau : avancé

Durées possibles : 3h / 6h

Pas de besoin particulier



---

# DAN SEYFRIED

## **THE POWER OF A SILENT LINE - LE POUVOIR D'UNE RÉPLIQUE SILENCIEUSE**

En tant qu'improvisateurs, nous parlons trop et nous craignons souvent le silence alors que parfois, c'est la meilleure réplique que nous puissions dire !

Nos actions, notre regard, nos émotions, disent tellement. Nous parlerons aussi dans cet atelier, mais nous apprendrons surtout à répondre par un silence vivant, profond, signifiant beaucoup plus qu'une réplique verbale...

---

Nombre maximal de participants : 12

Tout niveau, l'idéal étant d'avoir un groupe homogène

Durées possibles : 3h / 6h / 9h

Pas de besoin particulier

## **ATOMIC IMPROV**

Les sciences physiques, c'est action/réaction. Dans ce workshop, nous aborderons l'impro comme tel : être dans l'action et le mouvement, seul ou à plusieurs, pour générer des réactions en chaîne ! Le mouvement créera l'inspiration (le corps sait mieux que la tête), ce qui fera naître des émotions et donc des histoires.

D'après un des nombreux théorèmes de l'impro : MOUVEMENT + EMOTIONS = HISTOIRE

---

Nombre maximal de participants : 12

Tout niveau

Durées possibles : 3h

Besoin : une grande salle, 6 bâtons de 1,5m environ, gaffeur ou chatterton



---

# DAN SEYFRIED

## JE T'AIME

L'amour est une émotion incroyable, cependant, ce n'est pas toujours évident de dire je t'aime, même sur scène.

Dans cet atelier, nous aborderons ces émotions et toutes les relations qui y sont liées pour tenter d'être plus à l'aise avec et ainsi de les jouer avec plus de sincérité. Pour que l'intimité sur scène cesse de nous effrayer et devienne notre meilleure amie ! Après cela, dire Je t'aime sera un jeu d'enfant !

---

Nombre maximal de participants : 12

Niveau : avancé

Durées possibles : 3h / 6h

Pas de besoin particulier

## SIDE COACHING ET MISE EN SCÈNE

Comment analyser une scène et mettre en valeur les comédiens ? Dans ce workshop, nous apprendrons à improviser en tant que metteur en scène. Nous apprendrons à maîtriser notre regard extérieur pour mieux lire la scène et donner aux comédiens ce dont ils ont besoin pour illuminer la scène de leur talent. Ce sera également le moment idéal pour les comédiens de se familiariser à la présence d'un metteur en scène actif.

---

Nombre maximal de participants : 12

Niveau : avancé

Durées possibles : 3h / 6h

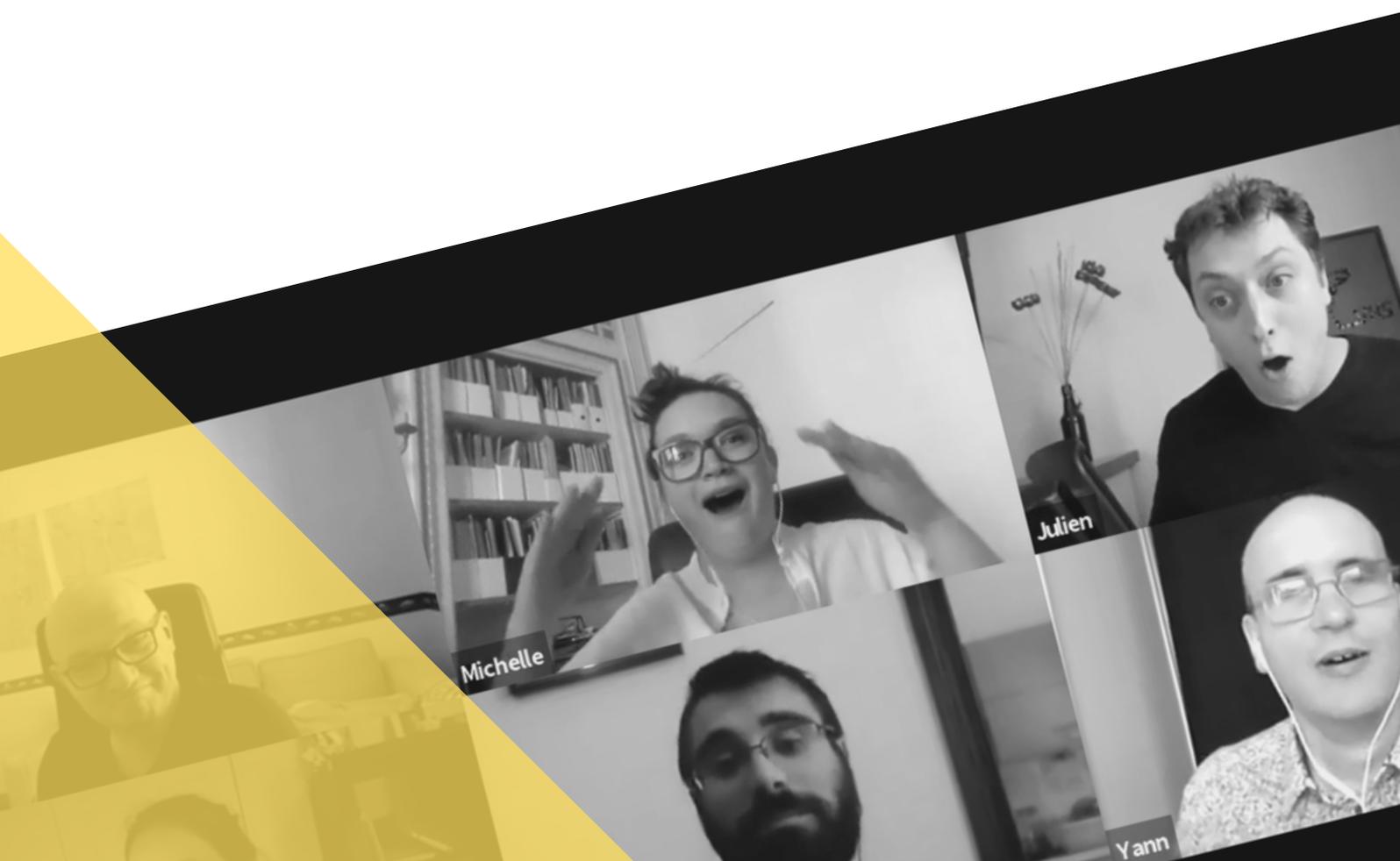
Pas de besoin particulier



# NOS AUTRES PRESTATIONS

---

SPECTACLES  
TEAM BUILDING  
THÉÂTRE FORUM  
DYNAMISATION DE CONFÉRENCES  
FORMATIONS  
LANCER DE CRÊPES



**IMPRO**  
alsace

# IMPRO WORKSHOPS

HELLO@IMPROALSACE.COM  
IMPROALSACE.COM

CÉDRIC — 06 85 14 62 37  
JULIEN — 06 180 11 180  
LES POMPIERS — 18

**VENEZ  
VISITER  
NOS LOCAUX !**

**11 RUE SAINTE AGNÈS  
67100 STRASBOURG, FRANCE**

Crédits photos : Steeve Josch

