



## NOS FORMATIONS

---

Partagez un voyage avec cette créature unique, ce poème caché au fond de votre être, dans un dialogue entre une intimité profonde, et une folie qui vous dépasse. L'être clown, mi-ange, mi-bête, vous attend, et ne demande qu'à faire un pas vers votre absurdité sublime.

L'intention du parcours de formation est de vous accompagner au mieux dans la découverte du clown, son approfondissement et la création d'un solo professionnel comme aboutissement.

La Cie du U offre un parcours complet et intensif de stages et formations, avec différentes étapes, des retours individualisés et des intentions de jeu orientées sur les objectifs de chacun.

L'accès aux 2 formations "Process 1" et "Process 2" se fait sur demande et suite à la participation au Stage Clown Émergence "Creuse et Kiffe".

Chaque session offre un chemin initiatique avec des parts de transformations, de métamorphoses et de jouissance de sa propre créativité.

Une approche novatrice et expérimentée centrée sur l'exploration de la biographie personnelle et du drame humain qui se cache en chacun de nous.

Le parcours se déroule en 3 temps distincts :

- > **Stage Émergence « Creuse et Kiffe »**
- > **Process 1**
- > **Process 2 « En route vers le Solo »**



## STAGE ÉMERGENCE CLOWN « CREUSE ET KIFFE »



Par  
**CHARLY  
LANTHIEZ**

### PRÉAMBULE

Pour révéler l'insoupçonné, se découvrir, se créer. Ce stage permet une immersion intensive et bousculante à la découverte du clown.

Ce temps est pensé comme un voyage vers soi-même dans une atmosphère bienveillante et avec des retours individualisés et des intentions de jeu orientées sur les objectifs de chacun. La rencontre, la tendresse et la folie seront au cœur du travail.

Ce stage se tient à lui seul et ouvre la possibilité de participer à la suite de la formation "Process Année 1" 2024/2025 (5 sessions).

### PUBLIC & PRÉREQUIS

- > Adultes
- > Tous niveaux
- > Professionnels ou débutants, artistes ou non
- > Adhésion annuelle à l'association Compagnie du U (10€)
- > Pour les personnes en situation de handicap, nous contacter directement

### DATES

- > 21 au 25 octobre 2024
- > 18 au 22 novembre 2024
- > 05 au 09 mai 2025

### HORAIRES

9H30-12H30 / 14H30-18H30

### LIEU

Théâtre de l'Albatros, 29 rue  
des Teinturiers, 84000 Avignon

### CONTACT

Soline Lanthiez  
Inscriptions  
[soline@compagnieduu.com](mailto:soline@compagnieduu.com)  
0771089464



## DÉROULÉ DE LA FORMATION

### AU PROGRAMME

Connexion et ouverture du corps, rencontre du groupe dans le jeu, mise en mouvement, approche de la mise du nez, premières sensations de jeu, rencontre avec le regard des autres, musculation du personnage, montées d'états, exploration de la liberté d'être en voyage, surf sur les vagues, retours individuels.

Matin |

Ouverture et rendre disponible le corps :

- > renforcement de l'ancrage au sol
- > ouverture expression corporelle
- > connexion à la respiration

Préparation à l'état clownesque :

- > exploration par danse et mouvement

Après-midi |

Mise en route par le jeu :

- > préparation costume et maquillage
- > exploration clownesque en groupe

> Passages individuels

- > Apport théorique par les formateurs
- > Bilan de clôture de la journée

À la fin de la formation, un temps de bilan plus conséquent est dédié au groupe sur le déroulé de la formation, les possibles et la suite envisagée par chacun.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Le principal objectif est de faire un saut dans le présent, de se goûter, se laisser résonner, s'amuser de ce qui est, faire un pas vers ses profondeurs et en rire. Ce stage, adapté autant aux amateurs qu'aux professionnels, conduit vers une expérience de se laisser traverser par plus grand que soi.

- > Découverte ou redécouverte des différentes parts de son clown
- > Création d'un vocabulaire commun avec les outils de base du clown
- > Une mise en mouvement intensive dans le triangle corps-voix-imaginaire
- > Travail sur le joueur en soi
- > Faire un pas vers son univers, qui est unique
- > Muscler son lien au présent
- > Développer la conscience de ses zones de conflit interne, pour les amener dans le jeu
- > Aiguiser sa conscience corporelle, notamment par la mise en place de routines quotidiennes d'échauffement.



## COMPÉTENCES VISÉES

- > Expressivité corporelle et vocale
- > Établir le dialogue corps-voix
- > Avoir confiance dans le vide
- > Conscience et écoute de soi
- > Liberté de jeu et autonomie

## MÉTHODES, MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Les formateurs sont des spécialistes de qualité, sélectionnés dans leur parcours de recherche active autour de l'être. Tous pratiquent une méthode pédagogique dite "active", et privilégient un apprentissage expérimental où le stagiaire apprend en faisant.

Les sessions se déroulent dans une atmosphère conviviale, bienveillante, où profondeur et rire se rencontrent dans un processus adapté et unique à chaque groupe.

**MOYENS PÉDAGOGIQUES** | Sur place, une bibliothèque est disponible pour consultation et une bibliographie est transmise à la demande pour se préparer ou aller plus loin. Le formateur adapte ses supports à sa discipline et aux besoins du stagiaire.

**ENCADREMENT** | Le formateur assure la formation et le suivi pendant la formation. Les stagiaires reçoivent des retours individualisés tout au long de la formation.

**ADAPTATION DES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES** | Des bilans individuels peuvent être réalisés au besoin et/ou des bilans collectifs sont mis en place au cours de la formation et en fin de formation.

**MOYENS TECHNIQUES** | Des locaux et équipements adaptés aux exigences de la formation sont mis à disposition ainsi qu'un espace repos.

## MOYENS PERMETTANT LE SUIVI & LA SANCTION DE LA FORMATION

### SUIVI DE L'EXÉCUTION |

- > Signature des feuilles d'émargement par journées par le stagiaire et le formateur
- > Convocation officielle

### SANCTION DE LA FORMATION |

- > Avant la formation : via entretiens téléphoniques (avec le Responsable du centre de formation et /ou le formateur).
- > À la fin de la formation, par le formateur.
- > Après la formation (par le responsable du centre de formation) : via des questionnaires à chaud et à froid.



## MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

Pour vous inscrire, vous pouvez :

- > prendre contact directement avec Soline Lanthiez qui vous donnera les modalités d'inscription.
- > vous inscrire directement sur le lien d'inscription via Helloasso dans le bandeau de gauche.

Après examen de votre candidature et validation de votre dossier d'inscription, nous vous ferons parvenir votre convention de formation et les informations logistiques.

Les inscriptions seront clôturées dès que le nombre de places disponibles sera atteint. Il est donc conseillé de vous inscrire le plus rapidement possible.

## LE FORMATEUR

**CHARLY LANTHIEZ |**  
**Formateur Clown**

Artiste, Pédagogue, Metteur en scène

Depuis 2021 Directeur artistique Compagnie du U, formateur clown, metteur en scène, solo "La petite histoire d'un homme trop Grand".

2019 - 2021 Formation comédien professionnel, école de théâtre Act'éon, Avignon.

2015 - 2016 Formation pro "clown d'hôpital", école de clown La Poissonnerie.

2014 - 2015 Formation " Les lois de la Biographie " Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « pédagogie curative et sociothérapie » Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « formateur certifié en pédagogie active Cemea » Genève, Suisse.

2012 - 2014 Formations en Communication Non Violente cursus de formateur Suisse.

Depuis 2012 Nombreux stages de clown Alexandre Pavlata, Sky de Sela, Leila Molinet, Sandrine Hugot, Francis Farizon, Carmen Paintoux, Bruno Krief, Hervé Langlois.

### COÛT DE LA FORMATION

750 € TTC de frais pédagogiques

Pour toute demande pour les financements, nous contacter directement. Les frais d'hébergement (sur demande) sont en supplément. Les repas ne sont pas pris en charge.

### MODALITÉS DE DÉROULEMENT

Rythme : en continu

Déroulement : en présentiel

### EFFECTIF

Max : 10 stagiaires



## PROCESS 1

---

Formation intense composée de 4 sessions dans une suite logique ("Plante ta Voix", "Lâche ta Bête!", "Allume ton Karma" et "Goûte ton Solo"), permettant d'aller visiter ses zones d'ombre et d'apprendre à en rire par le jeu scénique. Il est demandé d'avoir participé au stage "Creuse et Kiffe" pour participer à la formation "PROCESS 1".

La priorité sera donnée aux participants s'inscrivant à la totalité du Process 1, dans la limite des places disponibles.

## « PLANTE TA VOIX » Clown et Voix



Par  
CHARLY  
LANTHIEZ  
&  
FLAVIA  
MOUNAJI

### PRÉAMBULE

Cette première session ouvre le "Process 1" en permettant de faire émerger un thème de travail avec lequel le participant va commencer son cheminement individuel, dans l'intention de pouvoir identifier un axe central pour un solo à venir en fin de formation.

C'est par le travail de la voix, de ses chemins d'accès, des postures corporelles, de sa palette de games, que le corps se met au service de la voix et la voix au service du clown.

Ce stage est entièrement centré sur les participants. Flavia dans l'accompagnement à la voix et Charly dans l'accompagnement au clown, proposent une forme qui va toujours s'adapter au besoin présent du groupe. Le programme s'adapte aux besoins perçus. Chaque participant chemine avec un axe individuel de travail qui émergera pendant le stage.

>> 1ère session de la Formation "Process 1". La priorité sera donnée aux participants s'inscrivant à la totalité de la formation "Process 1" composée de 4 sessions, dans la limite des places disponibles.

### DATES

> Du 13 au 17 janvier 2025

### HORAIRES

9H30-12H30 / 14H30-18H30

### LIEU

Théâtre de l'Albatros, 29 rue  
des Teinturiers, 84000 Avignon

### CONTACT

Soline Lanthiez  
Inscriptions  
[soline@compagnieduu.com](mailto:soline@compagnieduu.com)  
077 1089464



## **PUBLIC & PRÉREQUIS**

- > Adultes
- > Avoir suivi le stage émergence "Creuse et Kiffe"
- > Professionnels ou débutants, artistes ou non
- > Pour les personnes en situation de handicap, nous contacter directement

## **DÉROULÉ DE LA FORMATION**

### **AU PROGRAMME**

Ce stage est entièrement centré sur les participants. Flavia dans l'accompagnement à la voix et Charly dans l'accompagnement au clown, proposent une forme qui va toujours s'adapter au besoin présent du groupe. Le programme s'adapte aux besoins perçus. Chaque participant chemine avec un axe individuel de travail qui émergera pendant le stage.

Matin |

Ouverture et rendre disponible le corps :

- > renforcement de l'ancrage au sol
- > ouverture expression corporelle
- > connexion à la respiration
- > improvisation vocale

Préparation à l'état clownesque :

- > exploration par danse et mouvement

Séances individuelles en fonction des besoins

Après-midi |

Mise en route par le jeu :

- > préparation costume et maquillage
- > exploration clownesque en groupe

Séances individuelles en fonction des besoins

Passages individuels

- > Apport théorique par les formateurs
- > Bilan de clôture de la journée

À la fin de la formation, un temps de bilan plus conséquent est dédié au groupe sur le déroulé de la formation, les possibles et la suite envisagée par chacun.





## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Identifier un thème de travail individuel et gagner en liberté dans la game possible de voix en clown. Le corps au service de la voix et la voix au service du clown.

- > Développer la conscience du circuit corporel de la voix.
- > Identifier la zone corporelle de la voix "porte d'entrée du clown"
- > Accéder par la voix comme par le Clown, au "geste qui traverse".
- > Identification d'un de ses schémas limitants et vivre la métamorphose qui va avec.
- > Explorer le travail de la voix des personnages de son clown.

## COMPÉTENCES VISÉES

- > Gain de confiance dans son rapport à la voix
- > Accroître la game de liberté et d'expression vocale pour le clown
- > Préciser son ou ses personnages par la voix
- > Gain en justesse d'accès à son ou ses personnages
- > Conscience de son fonctionnement vocal
- > Savoir mobiliser différentes parties de son corps pour contacter différentes voix

## MÉTHODES, MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Les formateurs sont des spécialistes de qualité, sélectionnés dans leur parcours de recherche active autour de l'être. Tous pratiquent une méthode pédagogique dite "active", et privilégient un apprentissage expérimental où le stagiaire apprend en faisant.

Les sessions se déroulent dans une atmosphère conviviale, bienveillante, où profondeur et rire se rencontrent dans un processus adapté et unique à chaque groupe.

**MOYENS PÉDAGOGIQUES** | Sur place, une bibliothèque est disponible pour consultation et une bibliographie est transmise à la demande pour se préparer ou aller plus loin. Le formateur adapte ses supports à sa discipline et aux besoins du stagiaire.

**ENCADREMENT** | Le formateur assure la formation et le suivi pendant la formation. Les stagiaires reçoivent des retours individualisés tout au long de la formation.

**ADAPTATION DES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES** | Des bilans individuels peuvent être réalisés au besoin et/ou des bilans collectifs sont mis en place au cours de la formation et en fin de formation.

**MOYENS TECHNIQUES** | Des locaux et équipements adaptés aux exigences de la formation sont mis à disposition ainsi qu'un espace repos.





## MOYENS PERMETTANT LE SUIVI & LA SANCTION DE LA FORMATION

### **SUIVI DE L'EXÉCUTION |**

- > Signature des feuilles d'émargement par journées par le stagiaire et le formateur
- > Convocation officielle

### **SANCTION DE LA FORMATION |**

- > Avant la formation : via entretiens téléphoniques (avec le Responsable du centre de formation et /ou le formateur).
- > À la fin de la formation, par le formateur.
- > Après la formation (par le responsable du centre de formation) : via des questionnaires à chaud et à froid.

## MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

Pour vous inscrire, vous pouvez :

- > prendre contact directement avec Soline Lanthiez qui vous donnera les modalités d'inscription.
- > vous inscrire directement sur le lien d'inscription via Helloasso dans le bandeau de gauche.

Après examen de votre candidature et validation de votre dossier d'inscription, nous vous ferons parvenir votre convention de formation et les informations logistiques.

Les inscriptions seront clôturées dès que le nombre de places disponibles sera atteint. Il est donc conseillé de vous inscrire le plus rapidement possible.



## LES FORMATEURS

### **CHARLY LANTHIEZ | Formateur Clown**

Artiste, Pédagogue, Metteur en scène

Depuis 2021 Directeur artistique Compagnie du U, formateur clown, metteur en scène, solo "La petite histoire d'un homme trop Grand".

2019 - 2021 Formation comédien professionnel, école de théâtre Act'éon, Avignon.

2015 - 2016 Formation pro "clown d'hôpital", école de clown La Poissonnerie.

2014 - 2015 Formation " Les lois de la Biographie " Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « pédagogie curative et sociothérapie » Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « formateur certifié en pédagogie active Cemea » Genève, Suisse.

2012 - 2014 Formations en Communication Non Violente cursus de formateur Suisse.

Depuis 2012 Nombreux stages de clown Alexandre Pavlata, Sky de Sela, Leila Molinet, Sandrine Hugot, Francis Farizon, Carmen Paintoux, Bruno Krief, Hervé Langlois.

### **FLAVIA MOUNAJI | Formatrice Voix et Corps**

Chanteuse lyrique de formation, Flavia Mounaji s'est formée à la psychophonie pour continuer ce chemin d'amour et de passion qu'elle nourrit à l'égard de la voix auprès d'ostéopathes et de chercheurs amoureux de l'être ! Elle accompagne, forme et propose divers stages en solo ou accompagnée de précieux compagnons de route. Son regard porte sur l'écoute sensible des corps et des voix afin de relier la voix à l'être et l'être à la voix!

Son chemin l'a amenée à se concentrer sur le potentiel d'expression de la voix en lien avec le corps et l'être dans sa globalité. Son intérêt profond pour la musique de l'être en devenir l'a conduite à développer une écoute et un style très personnel. Elle accompagne chacun sur les sentiers de son être et de son sentir par des pratiques corporelles et artistiques.

Comment se percevoir, se sentir... et s'aimer peut résumer le sens de son travail.



## « LÂCHE TA BÊTE ! »

Clown et Modelage sur argile



Par  
CHARLY  
LANTHIEZ  
&  
PERCEVAL  
BOÉ

### PRÉAMBULE

Laissez-vous surprendre par vos profondeurs, que le clown s'en saisisse et crée un dialogue décalé entre obscurité et lumière. L'être clown, mi-ange, mi-bête, vous attend et ne demande qu'à faire un pas vers votre absurdité sublime.

Le stage « Lâche ta Bête ! » est une plongée en eaux troubles, dans l'ambiance de votre Bête cachée pour la libérer. C'est faire un pas vers sa zone d'ombre et la laisser parler dans un cadre adapté et sécurisant, grâce à la combinaison du travail du modelage sur argile et du clown. Une approche sensorielle imaginative de sa face obscure pour apprendre à en jouer.

A travers les expériences de modelages, chaque personne est amenée à vivre avec intensité son rapport avec " le beau " et "le laid" de son propre modelage, de sa propre création. Mais aussi avec celui des autres, car ce sont des séances en groupe (même si le travail qui est demandé est individuel).

Tout au long de la semaine, entre bonne humeur et désolation, les exercices de modelages vous feront évoluer en correspondance avec les séances de clown.

Un stage intense, profond et drôle, dont vous ne ressortirez pas indemne ! La dynamique collective est importante et permet à chacun de se dépasser en sortant de sa zone de confort.

>> 2ème session de la Formation "Process 1". La priorité sera donnée aux participants s'inscrivant à la totalité de la formation "Process 1" composée de 4 sessions, dans la limite des places disponibles.

### DATES

> Du 17 au 21 février 2025

### HORAIRES

9H30-12H30 / 14H30-18H30

### LIEU

Théâtre de l'Albatros, 29 rue  
des Teinturiers, 84000 Avignon

### CONTACT

Soline Lanthiez  
Inscriptions  
[soline@compagnieduu.com](mailto:soline@compagnieduu.com)  
0771089464



## PUBLIC & PRÉREQUIS

- > Adultes
- > Avoir suivi « Plante ta Voix »
- > Professionnels ou débutants, artistes ou non
- > Pour les personnes en situation de handicap, nous contacter directement

## DÉROULÉ DE LA FORMATION

Matin |

Ouverture et rendre disponible le corps :

- > lutte artistique
- > ouverture expression corporelle
- > connexion à la respiration

Modelage sur argile par période de 2h avec une pause de 15 min.

Après-midi |

Mise en route par le jeu :

- > préparation costume et maquillage
- > exploration par danse et mouvement

Pause 15 min

> observations du modelage en groupe

> Passages individuels

> Apport théorique par les formateurs

> Bilan de clôture de la journée

À la fin de la formation, un temps de bilan plus conséquent est dédié au groupe sur le déroulé de la formation, les possibles et la suite envisagée par chacun.



## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Le principal objectif est de cheminer avec l'une de ses zones d'ombre et d'apprendre à en rire.

- > Approfondir son sens du jeu
- > Identifier puis incarner une de ses zones de noirceur jusqu'à en faire un jeu
- > intégrer une méthode d'observation spécifique en 4 étapes distinctes.
- > apprendre à cheminer dans une dynamique collective pour révéler l'univers des autres
- > acquisition d'outils de lutte artistique pour améliorer sa confiance sur scène
- > ancrer ses appuis au sol
- > accentuer l'expressivité organique du corps

## COMPÉTENCES VISÉES

- > Gagner en puissance scénique
- > Habiter pleinement son corps avec intensité
- > Acquérir un outil d'observation complet à plusieurs niveaux
- > capacité à faire des retours constructifs pour l'autre
- > Double écoute, de soi et de l'autre
- > intégrer l'imagination dans son jeu scénique

## MÉTHODES, MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Les formateurs sont des spécialistes de qualité, sélectionnés dans leur parcours de recherche active autour de l'être. Tous pratiquent une méthode pédagogique dite "active", et privilégient un apprentissage expérimental où le stagiaire apprend en faisant.

Les sessions se déroulent dans une atmosphère conviviale, bienveillante, où profondeur et rire se rencontrent dans un processus adapté et unique à chaque groupe.

**MOYENS PÉDAGOGIQUES** | Sur place, une bibliothèque est disponible pour consultation et une bibliographie est transmise à la demande pour se préparer ou aller plus loin. Le formateur adapte ses supports à sa discipline et aux besoins du stagiaire.

**ENCADREMENT** | Le formateur assure la formation et le suivi pendant la formation. Les stagiaires reçoivent des retours individualisés tout au long de la formation.

**ADAPTATION DES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES** | Des bilans individuels peuvent être réalisés au besoin et/ou des bilans collectifs sont mis en place au cours de la formation et en fin de formation.

**MOYENS TECHNIQUES** | Des locaux et équipements adaptés aux exigences de la formation sont mis à disposition ainsi qu'un espace repos.



## MOYENS PERMETTANT LE SUIVI & LA SANCTION DE LA FORMATION

### **SUIVI DE L'EXÉCUTION |**

- > Signature des feuilles d'émargement par journées par le stagiaire et le formateur
- > Convocation officielle

### **SANCTION DE LA FORMATION |**

- > Avant la formation : via entretiens téléphoniques (avec le Responsable du centre de formation et /ou le formateur).
- > À la fin de la formation, par le formateur.
- > Après la formation (par le responsable du centre de formation) : via des questionnaires à chaud et à froid.

## MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

Pour vous inscrire, vous pouvez :

- > prendre contact directement avec Soline Lanthiez qui vous donnera les modalités d'inscription.
- > vous inscrire directement sur le lien d'inscription via Helloasso dans le bandeau de gauche.

Après examen de votre candidature et validation de votre dossier d'inscription, nous vous ferons parvenir votre convention de formation et les informations logistiques.

Les inscriptions seront clôturées dès que le nombre de places disponibles sera atteint. Il est donc conseillé de vous inscrire le plus rapidement possible.



## LES FORMATEURS

### **CHARLY LANTHIEZ |**

#### **Formateur Clown**

Artiste, Pédagogue, Metteur en scène

Depuis 2021 Directeur artistique Compagnie du U, formateur clown, metteur en scène, solo "La petite histoire d'un homme trop Grand".

2019 - 2021 Formation comédien professionnel, école de théâtre Act'éon, Avignon.

2015 - 2016 Formation pro "clown d'hôpital", école de clown La Poissonnerie.

2014 - 2015 Formation " Les lois de la Biographie " Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « pédagogie curative et sociothérapie » Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « formateur certifié en pédagogie active Cemea » Genève, Suisse.

2012 - 2014 Formations en Communication Non Violente cursus de formateur Suisse.

Depuis 2012 Nombreux stages de clown Alexandre Pavlata, Sky de Sela, Leila Molinet, Sandrine Hugot, Francis Farizon, Carmen Paintoux, Bruno Krief, Hervé Langlois.

### **PERCEVAL BOÉ |**

#### **Formateur Modelage sur Argile et Art de la Parole**

- 5 ans de formation au compagnon du Devoir, suivit de 7 ans dans le domaine du bâtiment;

- Reconversion dans le domaine artistique sculpture sur pierre, modelage, dessin.

- 3 ans de formations professionnelle en théâtre à l'écoles Actéon à Avignon.

- Formateur de théâtre, art de la parole, modelage sur terre argile.





## « ALLUME TON KARMA »

Clown et Image Source



Par  
CHARLY  
LANTHIEZ  
&  
VIVIANE  
OLBREGTS

### PRÉAMBULE

Après toute la préparation et mise en condition des 2 sessions précédentes, "Allume ton Karma" ouvre une fenêtre pour y faire entre votre image.

Pour ouvrir cette fenêtre, vous passez en alternance par un processus d'observation guidée en groupe autour de modelages sur argile, et par un processus d'exploration de personnages en clown.

À la fin de la session et grâce au groupe, vous êtes prêt à ce que l'image se présente à vous.

Cette image est votre image source, et vient éclairer un mystère de votre biographie. Et qui sera votre base de travail d'écriture pour la suite "Goûte ton Solo".

>> 3ème session de la Formation "Process 1". La priorité sera donnée aux participants s'inscrivant à la totalité de la formation "Process 1" composée de 4 sessions, dans la limite des places disponibles.

### PUBLIC & PRÉREQUIS

- > Adultes
- > Avoir suivi « Lâche ta Bête ! »
- > Professionnels ou débutants, artistes ou non
- > Pour les personnes en situation de handicap, nous contacter directement

### DATES

> Du 17 au 21 février 2025

### HORAIRES

9H30-12H30 / 14H30-18H30

### LIEU

Théâtre de l'Albatros, 29 rue des Teinturiers, 84000 Avignon

### CONTACT

Soline Lanthiez  
Inscriptions  
[soline@compagnieduu.com](mailto:soline@compagnieduu.com)  
0771089464



## DÉROULÉ DE LA FORMATION

### AU PROGRAMME

Le premier et dernier jour seront consacré au travail du clown. Pendant les autres jours, le travail du clown interviendra en fonction du déroulé du processus et selon le besoin du groupe, qui sera évalué par les formateurs.

Matin |

Ouverture et rendre disponible le corps et l'imaginaire :

- > renforcement de l'ancrage au sol
- > ouverture expression corporelle
- > connexion à la respiration

Pause 15 min

- > modelage sur argile
- > Observation des modelages en sous-groupes
- > Et/ou Clown

Après-midi |

- > Échauffement et mise en mouvement

Pause 15 min

- > Observation des modelages en sous-groupes
- > Et/ou Clown
- > Apport théorique par les formateurs
- > Bilan de clôture de la journée

À la fin de la formation, un temps de bilan plus conséquent est dédié au groupe sur le déroulé de la formation, les possibles et la suite envisagée par chacun.



## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Le principal objectif est de faire émerger et vivre son image source.

- > Développer l'écoute de soi et des autres
- > Muscler une rigueur d'observation
- > Faire confiance à ses élans et intuitions
- > Développer l'observation et la sensation de ses émotions dans son corps
- > Apprendre à parler à partir de son émotion
- > Comprendre le processus en jeu
- > Traverser des métamorphoses

## COMPÉTENCES VISÉES

- > Capacité d'observation de plus en plus précise et globale
- > S'exprimer avec authenticité
- > Sens de l'écoute individuelle et en groupe
- > Savoir comment contacter des images sources pour son travail d'écriture
- > Rester dans son clown tout en traversant des choses intenses

## MÉTHODES, MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Les formateurs sont des spécialistes de qualité, sélectionnés dans leur parcours de recherche active autour de l'être. Tous pratiquent une méthode pédagogique dite "active", et privilégient un apprentissage expérimental où le stagiaire apprend en faisant.

Les sessions se déroulent dans une atmosphère conviviale, bienveillante, où profondeur et rire se rencontrent dans un processus adapté et unique à chaque groupe.

**MOYENS PÉDAGOGIQUES** | Sur place, une bibliothèque est disponible pour consultation et une bibliographie est transmise à la demande pour se préparer ou aller plus loin. Le formateur adapte ses supports à sa discipline et aux besoins du stagiaire.

**ENCADREMENT** | Le formateur assure la formation et le suivi pendant la formation. Les stagiaires reçoivent des retours individualisés tout au long de la formation.

**ADAPTATION DES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES** | Des bilans individuels peuvent être réalisés au besoin et/ou des bilans collectifs sont mis en place au cours de la formation et en fin de formation.

**MOYENS TECHNIQUES** | Des locaux et équipements adaptés aux exigences de la formation sont mis à disposition ainsi qu'un espace repos.



## MOYENS PERMETTANT LE SUIVI & LA SANCTION DE LA FORMATION

### **SUIVI DE L'EXÉCUTION |**

- > Signature des feuilles d'émargement par journées par le stagiaire et le formateur
- > Convocation officielle

### **SANCTION DE LA FORMATION |**

- > Avant la formation : via entretiens téléphoniques (avec le Responsable du centre de formation et /ou le formateur).
- > À la fin de la formation, par le formateur.
- > Après la formation (par le responsable du centre de formation) : via des questionnaires à chaud et à froid.

## MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

Pour vous inscrire, vous pouvez :

- > prendre contact directement avec Soline Lanthiez qui vous donnera les modalités d'inscription.
- > vous inscrire directement sur le lien d'inscription via Helloasso dans le bandeau de gauche.

Après examen de votre candidature et validation de votre dossier d'inscription, nous vous ferons parvenir votre convention de formation et les informations logistiques. Les inscriptions seront clôturées dès que le nombre de places disponibles sera atteint. Il est donc conseillé de vous inscrire le plus rapidement possible.



## LES FORMATEURS

### **CHARLY LANTHIEZ | Formateur Clown**

Artiste, Pédagogue, Metteur en scène

Depuis 2021 Directeur artistique Compagnie du U, formateur clown, metteur en scène, solo "La petite histoire d'un homme trop Grand".

2019 - 2021 Formation comédien professionnel, école de théâtre Act'éon, Avignon.

2015 - 2016 Formation pro "clown d'hôpital", école de clown La Poissonnerie.

2014 - 2015 Formation " Les lois de la Biographie " Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « pédagogie curative et sociothérapie » Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « formateur certifié en pédagogie active Cemea » Genève, Suisse.

2012 - 2014 Formations en Communication Non Violente cursus de formateur Suisse.

Depuis 2012 Nombreux stages de clown Alexandre Pavlata, Sky de Sela, Leila Molinet, Sandrine Hugot, Francis Farizon, Carmen Paintoux, Bruno Krief, Hervé Langlois.

### **VIVIANE OLBREGTS | Formatrice Biographie Karmique**

Médecin à orientation anthroposophique et formée à l'accompagnement biographique, fondatrice de l'asbl Evie, formation des professeurs Steiner-Waldorf.



## « GOÛTE TON SOLO »

### Clown et Écriture Scénique



Par  
**CHARLY LANTHIEZ**  
&  
**MICHELLE CAJOLET-  
COUTURE**

#### PRÉAMBULE

Pour préciser le jeu du clown dans une écriture comique fine, percutante et passer à la vitesse supérieure en goûtant à l'aventure d'un solo qui parlera profondément de vous.

En 5 jours on vous aide à faire descendre vos idées sur scène à partir de votre image source vécue dans la session "Allume ton Karma" et à ce qu'elles prennent forme dans un rythme qui se tient et qui embarque le public dans votre imaginaire clownesque.

Notre accompagnement se base sur des techniques originales et expérimentées. Vous êtes orienté étape par étape dans un processus à la fois structuré et organique, avec une réelle attention à révéler l'univers que vous incarnez.

>Idéal pour percevoir les rythmiques et l'énergie comique de l'écriture.

>Exploration de la dynamique de la répétition et aboutissement sur une forme entre 3 et 10 min.

>Une première étape de travail pour avoir un point de départ clair, qui ne demandera plus qu'à être déployé.

>> 4ème et dernière session de la Formation "Process 1". La priorité sera donnée aux participants s'inscrivant à la totalité de la formation "Process 1" composée de 4 sessions, dans la limite des places disponibles.

#### DATES

> Du 17 au 21 février 2025

#### HORAIRES

9H30-12H30 / 14H30-18H30

#### LIEU

Théâtre de l'Albatros, 29 rue  
des Teinturiers, 84000 Avignon

#### CONTACT

Soline Lanthiez  
Inscriptions  
[soline@compagnieduu.com](mailto:soline@compagnieduu.com)  
0771089464



## PUBLIC & PRÉREQUIS

- > Adultes
- > Avoir suivi « Allume ton Karma »
- > Professionnels ou débutants, artistes ou non
- > Pour les personnes en situation de handicap, nous contacter directement

## DÉROULÉ DE LA FORMATION

Matin |

Ouverture et rendre disponible le corps :

- > renforcement de l'ancrage au sol
- > ouverture expression corporelle
- > connexion à la respiration

Pause 15 min

- > Préparation à l'état clownesque
- > Passages individuels menant vers de l'écriture

Après-midi |

Mise en route par le jeu :

- > préparation costume et maquillage
- > exploration clownesque en groupe

Pause 15 min

- > Passages individuels menant vers de l'écriture
- > Apport théorique par les formateurs
- > Bilan de clôture de la journée

À la fin de la formation, un temps de bilan plus conséquent est dédié au groupe sur le déroulé de la formation, les possibles et la suite envisagée par chacun.





## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Le principal objectif est de passer de l'image source à une réalité d'écriture plateau, pour avoir un format entre 3 et 10 minutes abouti et présentable à un public en fin de formation.

- > Découverte et compréhension du fonctionnement de création d'un spectacle
- > Travailler en groupe et collaborer
- > Approfondir un aspect du monde professionnel artistique (Mise en scène/scénographie, etc...)
- > Élaborer son style artistique.
- > Apprendre à travailler en autonomie
- > Avoir un petit format de spectacle solo entre 3 et 10 minutes.
- > Jouer devant un public dans une salle de théâtre.

## COMPÉTENCES VISÉES

- > Devenir autonome dans sa mise en condition et préparation
- > Travail des transitions de façon organiques entre les scènes
- > Avoir une première base du rythme tragi-comique dans un spectacle
- > Savoir répéter une partition en gardant le jeu du clown actif dans le moment présent
- > Travailler en groupe et collaborer
- > Savoir jouer devant un public dans une salle de théâtre

## MÉTHODES, MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Les formateurs sont des spécialistes de qualité, sélectionnés dans leur parcours de recherche active autour de l'être. Tous pratiquent une méthode pédagogique dite "active", et privilégient un apprentissage expérimental où le stagiaire apprend en faisant.

Les sessions se déroulent dans une atmosphère conviviale, bienveillante, où profondeur et rire se rencontrent dans un processus adapté et unique à chaque groupe.

**MOYENS PÉDAGOGIQUES** | Sur place, une bibliothèque est disponible pour consultation et une bibliographie est transmise à la demande pour se préparer ou aller plus loin. Le formateur adapte ses supports à sa discipline et aux besoins du stagiaire.

**ENCADREMENT** | Le formateur assure la formation et le suivi pendant la formation. Les stagiaires reçoivent des retours individualisés tout au long de la formation.

**ADAPTATION DES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES** | Des bilans individuels peuvent être réalisés au besoin et/ou des bilans collectifs sont mis en place au cours de la formation et en fin de formation.

**MOYENS TECHNIQUES** | Des locaux et équipements adaptés aux exigences de la formation sont mis à disposition ainsi qu'un espace repos.



## MOYENS PERMETTANT LE SUIVI & LA SANCTION DE LA FORMATION

### **SUIVI DE L'EXÉCUTION |**

- > Signature des feuilles d'émargement par journées par le stagiaire et le formateur
- > Convocation officielle

### **SANCTION DE LA FORMATION |**

- > Avant la formation : via entretiens téléphoniques (avec le Responsable du centre de formation et /ou le formateur).
- > À la fin de la formation, par le formateur.
- > Après la formation (par le responsable du centre de formation) : via des questionnaires à chaud et à froid.

## MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

Pour vous inscrire, vous pouvez :

- > prendre contact directement avec Soline Lanthiez qui vous donnera les modalités d'inscription.
- > vous inscrire directement sur le lien d'inscription via Helloasso dans le bandeau de gauche.

Après examen de votre candidature et validation de votre dossier d'inscription, nous vous ferons parvenir votre convention de formation et les informations logistiques. Les inscriptions seront clôturées dès que le nombre de places disponibles sera atteint. Il est donc conseillé de vous inscrire le plus rapidement possible.



## LES FORMATEURS

### **CHARLY LANTHIEZ | Formateur Clown**

Artiste, Pédagogue, Metteur en scène

Depuis 2021 Directeur artistique Compagnie du U, formateur clown, metteur en scène, solo "La petite histoire d'un homme trop Grand".

2019 - 2021 Formation comédien professionnel, école de théâtre Act'éon, Avignon.

2015 - 2016 Formation pro "clown d'hôpital", école de clown La Poissonnerie.

2014 - 2015 Formation " Les lois de la Biographie " Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « pédagogie curative et sociothérapie » Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « formateur certifié en pédagogie active Cemea » Genève, Suisse.

2012 - 2014 Formations en Communication Non Violente cursus de formateur Suisse.

Depuis 2012 Nombreux stages de clown Alexandre Pavlata, Sky de Sela, Leila Molinet, Sandrine Hugot, Francis Farizon, Carmen Paintoux, Bruno Krief, Hervé Langlois.

### **JORIS CARRÉ Formateur Clown et Énergie Comique**

2013-2016 : Formation d'acteur à l'école Actéon (Arles).

2013 : Écriture de la pièce Grand, mise en scène Matthieu Lionello.

2016 : Tournée Franco-polonaise de Éduquons-les (Wilhelm Queyras, Drameduction).

2016 : Création de la Compagnie Frêne-en-Ciel (théâtre itinérant sous chapiteau)

2016 : Écriture et création du spectacle pour enfant Nez de Clown ! (mise en scène thomas Miauton).

2017 : Écriture de la pièce Levons Nos verres à la Mort du Clown ! (mise en scène Thomas Miauton).

2017 : Festival OFF d'Avignon avec Nez de Clown !

2018 : Tournée Franco-polonaise de La petite fille aux allumettes (Iris Munos, Drameduction)

2019- : Intervenant Alexandrin à Actéon.

2019 : Création du Café Culturel La Source (tiers-lieu culturel et salle de spectacle)

2020 : Création du Festival de l'Avent ( festival itinérant de contes pour enfants).

2021 : Création de la Compagnie du Grand Large

Acteur, auteur et metteur en scène, je base son travail artistique sur l'importance laissée à l'imagination ainsi que sur la rencontre des arts. Loin d'une vision réaliste du théâtre, je

recherche par la rencontre de la musique, du chant et du théâtre à emmener le public dans des grandes images pleines de vie.

Cette volonté a donné lieu à la création de plusieurs contes, que ce soit pour enfants ou pour adulte, un mode théâtral laissant une large place à la fantaisie et aux images symboliques.



## PROCESS 2

### « EN ROUTE VERS LE SOLO »



Par  
**CHARLY  
LANTHIEZ**

#### PRÉAMBULE

Une création cherche à nous faire devenir.

L'intensité du moment présent dans le clown, crée une ouverture, une brèche, un espace pour que se révèle le potentiel en devenir de quelqu'un. Une création ne se contente pas de qui nous sommes, elle nous tire vers l'avant.

L'évolution, au fil du processus, est proche d'une naissance.

Au début, il y a quelque chose qui naît et grandit dans l'obscurité silencieuse et intime du ventre.

Puis le processus prend de plus en plus de place, et demande de plus en plus d'attention, jusqu'au moment de la naissance, où ce quelque chose apparaît à l'extérieur de nous et commence à devenir visible pour les autres.

Bien sûr au début, seules les personnes intimes peuvent le voir, être à son contact, et de plus en plus, comme un enfant qui grandit et s'émancipe, cette création prend une place dans le monde et rencontre l'inconnu et l'extérieur avec de plus en plus de liberté.

#### DATES

5 sessions de 5 jours

> Dates 2025 à venir

#### HORAIRES

9H30-12H30 / 14H30-18H30

#### LIEU

Théâtre de l'Albatros, 29 rue des Teinturiers, 84000 Avignon

#### CONTACT

Soline Lanthiez  
Inscriptions  
[soline@compagnieduu.com](mailto:soline@compagnieduu.com)  
0771089464



En clown, j'ai souvent entendu dire que la 1ère et la 50ème représentations étaient celles qui fonctionnaient le mieux... Ce chemin d'incarnation est rempli d'embûches, et il n'y a pas d'embûches sans trésors cachés.

Une création c'est la rencontre de ce que nous sommes, et ce que nous serons, comme un pas vers la liberté, pour nous aider à tendre vers notre devenir. Pas à pas, dans l'écoute et la simplicité d'être.

Dans ces accompagnements, je me considère comme un "un compagnon de recherche".

Je suis dans l'observation, l'écoute, de ce qui vibre, qui permet de trouver, ensemble, la partition qui révèle le plus intimement possible l'humanité et les qualités de la personne accompagnée.

**En 5 sessions de 5 jours, vous repartez avec un solo entre 30 et 60 minutes.**

Session 1 et 2 - ÉMERGENCE DE LA GRANDE HISTOIRE : **faire grandir l'image, mélange de regarder l'horizon pour voir vers où on va et laisser grandir le projet avec encore beaucoup d'étapes d'exploration. Puis les axes se peaufinent et se questionnent.**

Session 3 - ALLUME TON KARMA V2 : clarification des grandes forces en jeu.

Session 4 et 5 - FINALISATION ÉCRITURE PLATEAU : mise en scène, derniers retours choix costumes et scénographie, ébauches son et lumière, premières représentations.

Tout au long du Process 2, nous vous apportons des partages d'expériences et de la théorie sur le milieu professionnel du spectacle (communication, administration, diffusion, production, etc) et notre équipe pro se rend disponible pour toutes vos questions.

## **PUBLIC & PRÉREQUIS**

- > Adultes
- > Avoir suivi le « Process 1 »
- > Avoir une sérieuse envie de faire vivre son projet.
- > Être dans une démarche pro-active et impliquée.
- > Pour les personnes en situation de handicap, nous contacter directement



## DÉROULÉ DE LA FORMATION

### AU PROGRAMME

En fonction du groupe, des différentes thématiques et orientations de chaque session, une journée type se déroulera de la façon suivante :

#### Matin |

- > Routine de mise en condition autonome
- > Préparation à l'état clownesque, exploration par la danse et le mouvement

#### Pause 15 min

- > Travail spécifique selon la thématique de la session ( exploration, clarification des forces en jeu, écriture plateau, costumes, scénographie, lumière et son)

#### Après-midi |

- > Routine de mise en condition autonome
- > Préparation à l'état clownesque, exploration par la danse et le mouvement

#### Pause 15 min

- > Travail spécifique selon la thématique de la session ( exploration, passages individuels, clarification des forces en jeu, écriture plateau, costumes, scénographie, lumière et son)
- > Apport théorique par le formateur, partages d'expériences, questions/réponses
- > Bilan de clôture de la journée

À la fin de la formation, un temps de bilan plus conséquent est dédié au groupe sur le déroulé de la formation, les possibles et la suite envisagée par chacun.



## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

L'objectif principal de ce Process 2 est de créer un solo entre 30 et 60 minutes et de le jouer en public.

- > Ancrer et renforcer son style artistique
- > Approfondissement de la connaissance de soi
- > Approfondissement du fonctionnement de création d'un spectacle
- > Travailler en groupe et collaborer
- > Avoir son costume scénique
- > Avoir sa scénographie
- > Avoir son maquillage
- > Avoir un panorama des enjeux du monde professionnel du spectacle.
- > Mise en pratique autonome des outils acquis pendant le "Process 1"
- > Travailler de plus en plus en autonomie
- > Se confronter à d'autres regards professionnels extérieurs pendant les représentations.
- > Avoir une forme jouable entre 30 et 60 minutes.

## COMPÉTENCES VISÉES

- > Attitude professionnelle
- > Autonomie
- > Être pro-actif dans son projet
- > Comprendre les mécaniques de création clownesque
- > Jouer son solo devant un public
- > Savoir s'orienter dans les étapes à venir de son projet pour le professionnaliser
- > Les bases du métier de Clown sont intégrées





## MÉTHODES, MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Les formateurs sont des spécialistes de qualité, sélectionnés dans leur parcours de recherche active autour de l'être. Tous pratiquent une méthode pédagogique dite "active", et privilégient un apprentissage expérimental où le stagiaire apprend en faisant.

Les sessions se déroulent dans une atmosphère conviviale, bienveillante, où profondeur et rire se rencontrent dans un processus adapté et unique à chaque groupe.

**MOYENS PÉDAGOGIQUES** | Sur place, une bibliothèque est disponible pour consultation et une bibliographie est transmise à la demande pour se préparer ou aller plus loin. Le formateur adapte ses supports à sa discipline et aux besoins du stagiaire.

**ENCADREMENT** | Le formateur assure la formation et le suivi pendant la formation. Les stagiaires reçoivent des retours individualisés tout au long de la formation.

**ADAPTATION DES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES** | Des bilans individuels peuvent être réalisés au besoin et/ou des bilans collectifs sont mis en place au cours de la formation et en fin de formation.

**MOYENS TECHNIQUES** | Des locaux et équipements adaptés aux exigences de la formation sont mis à disposition ainsi qu'un espace repos.

## MOYENS PERMETTANT LE SUIVI & LA SANCTION DE LA FORMATION

### **SUIVI DE L'EXÉCUTION** |

- > Signature des feuilles d'émergence par journées par le stagiaire et le formateur
- > Convocation officielle

### **SANCTION DE LA FORMATION** |

- > Avant la formation : via entretiens téléphoniques (avec le Responsable du centre de formation et /ou le formateur).
- > À la fin de la formation, par le formateur.
- > Après la formation (par le responsable du centre de formation) : via des questionnaires à chaud et à froid.



## MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

Pour vous inscrire, vous pouvez :

- > prendre contact directement avec Soline Lanthiez qui vous donnera les modalités d'inscription.
- > vous inscrire directement sur le lien d'inscription via Helloasso dans le bandeau de gauche.

Après examen de votre candidature et validation de votre dossier d'inscription, nous vous ferons parvenir votre convention de formation et les informations logistiques. Les inscriptions seront clôturées dès que le nombre de places disponibles sera atteint. Il est donc conseillé de vous inscrire le plus rapidement possible.

## LE FORMATEUR

### **CHARLY LANTHIEZ | Formateur Clown**

Artiste, Pédagogue, Metteur en scène

Depuis 2021 Directeur artistique Compagnie du U, formateur clown, metteur en scène, solo "La petite histoire d'un homme trop Grand".

2019 - 2021 Formation comédien professionnel, école de théâtre Act'éon, Avignon.

2015 - 2016 Formation pro "clown d'hôpital", école de clown La Poissonnerie.

2014 - 2015 Formation " Les lois de la Biographie " Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « pédagogie curative et sociothérapie » Atelier du Fontenay, Suisse.

2013 - 2014 Formation « formateur certifié en pédagogie active Cemea » Genève, Suisse.

2012 - 2014 Formations en Communication Non Violente cursus de formateur Suisse.

Depuis 2012 Nombreux stages de clown Alexandre Pavlata, Sky de Sela, Leila Molinet, Sandrine Hugot, Francis Farizon, Carmen Paintoux, Bruno Krief, Hervé Langlois.