

ATELIER VOCAL LAURE HANSKA

Musique et Bien-Être
École de Chant, de la Voix et du Souffle

GUIDE PRATIQUE 2023-2024



COURS INDIVIDUELS ET COLLECTIFS

🎵 Chant

🎭 Théâtre

⚙️ Coaching et Technique vocale

🌿 Musicothérapie

Dans ce guide, vous trouverez...

Cours Individuels.....	p. 3
Cours Collectifs.....	p. 4-5
Stages.....	p. 6
Planning / Tarifs.....	p. 7
Nous trouver, nous contacter	p. 9
Découvrez notre lieu (cours et spectacles).....	p. 10-12



*Parce qu'il n'y a pas d'âge pour découvrir et apprivoiser sa voix,
pour prendre plaisir à chanter, pour prendre plaisir à jouer,
pour s'exprimer librement et sereinement,
pour améliorer son souffle, pour se sentir bien,
et se sentir bien dans sa voix.*



A très vite à l'Atelier ! **Laure**

SÉANCES INDIVIDUELLES

présentiel 
visio 

VOIX CHANTÉE • VOIX PARLÉE • PRÉPARATION SCÉNIQUE • BIEN-ÊTRE

DÉVELOPPEMENT ET BIEN-ÊTRE **VOIX CHANTÉE**

Cours de chant individuels, tous âges : enfants, ados, adultes, seniors

Tous niveaux, du débutant au professionnel - Tous répertoires

Plaisir du chant avant tout ! Bien-être vocal et émotionnel, placement, justesse, souffle, précision, gestion de la puissance, interprétation... Selon les besoins de chacun.

DÉVELOPPEMENT ET BIEN-ÊTRE **VOIX PARLÉE**

Aisance et technique : placement, respiration, gestion du volume, maîtrise de la vitesse du débit, gestion du rythme et du phrasé, portance de la voix, prise de parole en public (cadre professionnel, théâtral, étudiants, etc), gestion du trac et de l'émotivité, préparation aux oraux (concours, castings et examens)

Développement et Bien-Être Voix Chantée et Voix Parlée Séances de 45mn

Tarifs :



Séance individuelle à l'unité :	45€
Forfait 5 séances :	215€
Forfait 10 séances :	420€
Formule duo :	30€ / personne
Formule trio :	25€ / personne

Tarifs membres de la Troupe :

.....	40€
.....	195€
.....	380€
.....	25€ / personne
.....	20€ / personne



COACHING SCÉNIQUE

Préparation vocale et aisance scénique, accompagnement personnalisé de tous projets : spectacles / promotion / oraux, en solo ou en groupe (pour chant, théâtre, conteurs, auteurs, étudiants, avocats, tous orateurs). Enregistrement audio / vidéo possible.

Sessions de 2 heures

Tarif par session de 1 à 4 personnes (*appartenant au même projet*) : 150€
(Tarif réservé aux élèves membres de la Troupe : 100€ / session de 2h)

COURS COLLECTIFS

CHANT • TECHNIQUE VOCALE • THÉÂTRE

(Voix Parlée - Voix Chantée)

Classes annualisées de septembre à juin (selon le calendrier scolaire)

1 cours par semaine - Séances de 1h30 (hors vacances scolaires)

CLASSES SPECTACLES - SECTION CHANT

En petit effectif de 12 personnes maximum, ces cours à la fois collectifs et "sur mesure" permettent de travailler plusieurs chansons qui seront montées sous différentes formes, selon le niveau et les envies de chaque membre du groupe : collectif, solo, duo, trio, etc... Ces spectacles seront joués par les élèves dans le cadre des concerts annuels de fin d'année. *(Des participations aux spectacles du Petit Théâtre de Laure en Bar seront possibles toute l'année pour ceux qui le souhaitent.)*

CHANSON FRANCAISE - Adultes / Tous niveaux

Le jeudi à 14h30 (hors vacances scolaires)

POP / ROCK / JAZZ & SOUL - Ados-Adultes / Intermédiaire et avancé

Le jeudi à 18h45 (hors vacances scolaires)

COMEDIE MUSICALE CREATION - Tous âges / Tous niveaux

Le vendredi à 18h45 (hors vacances scolaires)



CLASSES SPECTACLES - SECTION THÉÂTRE

Toujours en petit effectif de 12 personnes maximum, ces cours de théâtre d'une forme inédite raviront les amoureux du théâtre, enfants et adultes ! A la fois théâtre d'improvisation et de création, nous créerons ensemble un spectacle entièrement écrit, monté et joué par la Troupe, mêlant création et improvisation dans les limites fixées par chacun selon ses envies.

THÉÂTRE ADULTES 1 - Le mardi à 14h30 (hors vacances scolaires)

THÉÂTRE ADULTES 2 - Le mardi à 18h45 (hors vacances scolaires)

THÉÂTRE ET CHANT (Enfants 5-12 ans) - Le mercredi à 14h30 (hors vac. scol)

Classes Spectacles sections Chant et Théâtre

1 cours par semaine - Séances de 1h30 (hors vacances scolaires)

Tarif : 85€ / mois (soit 850€ / an)

1 à 2 cours 'découverte' possibles, à régler à l'unité (25€), et déductibles lors de l'inscription définitive

Les élèves des classes spectacles sont automatiquement membres de la Troupe, et bénéficient des tarifs privilégiés.



GYM ET TECHNIQUE VOCALE VOIX PARLÉE / VOIX CHANTÉE

présentiel 
visio 

Cours collectif de gym, aisance et technique vocale

En présentiel et en visio, une séance d'entraînement hebdomadaire d'1h15, ouverte à tous dès 12 ans, véritable cours de gym vocale entièrement dédié à la technique vocale, pour tous usages parlés et chantés, et pour tous niveaux, du grand débutant au professionnel (enseignants, comédiens, etc). Approche ludique et joyeuse, ce cours de gym vocale permet de se découvrir une voix plus large, de la fortifier, de l'assouplir, d'améliorer le contrôle et la précision.

Une façon idéale et décomplexée, accessible à tous, de comprendre et de maîtriser de mieux en mieux sa voix et son souffle. Pour dépasser la timidité et le trac, gagner en confiance, comprendre et repousser ses limites techniques et émotionnelles, pour peu à peu trouver sa place et oser davantage, améliorer le lâcher-prise, placer et contrôler sa voix, et développer le plaisir de parler et de chanter librement.

Le mercredi à 18h45 (hors vacances scolaires) - Séances de 1h15

Tarifs

présentiel 
visio 

Séance : 25€
Forfait semestre : 395€
Pass annuel : 775€

Membres de la Troupe
20€
360€
700€

Combo Classe Spectacle + Technique Vocale : 1400€ / an

La Troupe de L'Atelier

Elèves-artistes de cours individuels et collectifs, les membres de la Troupe de l'Atelier se produisent sur la scène du Petit Théâtre de Laure en Bar ou à l'extérieur, en fonction de leurs projets pédagogiques, artistiques ou techniques.

Pour soutenir leurs efforts et leur assiduité, l'école leur offre un tarif privilégié et la possibilité de participer à des projets scéniques encadrés et dirigés, pour consolider leur formation au sein de l'Atelier Vocal Laure Hanska.



MUSICOTHÉRAPIE

présentiel 
visio 

-  Relaxation
-  Respiration
-  Chant prénatal
-  Rééquilibrage du sommeil
-  Réharmonisation émotionnelle
-  Chant thérapeutique individuel et familial

Un moment à soi... pour se relaxer, respirer, accompagner une grossesse ou un projet d'accouchement, pour se rencontrer, et même partager et se rééquilibrer en famille.

Séances de 45mn

Tarif séance individuelle : 60€ - Forfait 5 séances : 270€ (valable 6 mois)
Tarif séance familiale : 100€ (2 à 4 pers.) - Forfait 3 séances : 270€ (valable 6 mois)



STAGES THÉMATIQUES

Le calendrier des stages sera disponible en septembre

présentiel 
visio 

-  **Présence scénique** : Améliorer mon bien-être sur scène et corriger mes postures.
-  **Aïssance vocale** : Voix parlée - Améliorer mon bien-être lors d'une prise de parole et mieux maîtriser mon message.
-  **Auto-échauffement** : 3 méthodes sur mesure pour apprendre à m'échauffer seul(e), efficacement et sans risque.
-  **Ecole du souffle** : Prise de conscience des postures justes de la respiration et exercices pour me permettre de les (re)trouver.
-  **Chanson mode d'emploi** : Comprendre les secrets de la construction d'une chanson / Améliorer la mémorisation / Aide à la création.
-  **Initiation aux résonateurs** : Prise de conscience de mes résonateurs, découverte et pratique (confort et puissance).
-  **Sizing vocal sur mesure** : Comment déterminer la tonalité idéale pour ma voix, choisir le bon outil pour m'adapter et augmenter mon répertoire.
-  **Rythme** : Découvrir et comprendre les bases fondamentales du rythme pour mieux me placer et mieux respirer.
-  **Lecture musicale** : Comment une partition va m'aider à placer ma voix sans pour autant savoir lire la musique.
-  **Conscience du visage** : Prendre conscience et corriger les messages que mon visage envoie lorsque je m'exprime.
-  **Conscience du corps** : Prendre conscience et corriger les messages qu'envoie mon corps lorsque j'échange.

TARIFS SELON LE FORMAT DU STAGE

Stage de 2 heures :	45€
Stage de 2 x 2 heures :	80€
Stage de 2 x 3 heures :	110€
Stage de 2 x 4 heures :	140€



TARIFS

Cours individuels (45mn) :

Séance individuelle à l'unité :	45€
Forfait 5 séances (valable 5 mois) :	215€
Forfait 10 séances (valable 10 mois) :	420€
Formule duo :	30€ / personne
Formule trio :	25€ / personne

Tarifs membres de la Troupe :

.....	40€
.....	195€
.....	380€
.....	25€ / personne
.....	20€ / personne

Frais d'inscription annuels cours à l'année :

45€ (20€ à partir du 2ème inscrit par famille)

Cours collectifs Classes Spectacles « Chant et Théâtre » :

850€ / an (soit 85€ / mois) *Frais d'inscription / Adhésion à la Troupe et à l'Association INCLUS*

À régler en totalité lors de l'inscription (plusieurs chèques possibles)

Gym et Technique Vocale : 25€ / séance à l'unité, ou 395€ / semestre ou 775€ / an

Tarifs membres de la Troupe : 20€ / séance à l'unité, 360€ / semestre ou 700€ / an

Musicothérapie :

Séance individuelle à 60€ ou 270€ pour 5 séances (*valable 6 mois*)

Séance familiale 100€ (2 à 4 personnes) - Forfait 3 séances : 270€ (*valable 6 mois*)

PLANNING DES COURS

Horaires	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h45	Cours Individuels	Cours Individuels	Cours Individuels	Cours Individuels
14h30	Théâtre Adulte 1	Théâtre Chantant Enfants	Chanson Française	
	Cours Individuels	Cours Individuels	Cours Individuels	
18h45	Théâtre Adulte 2	Gym et Technique Vocale	Pop Rock Jazz & Soul	Comédie Musicale Création
20h00				
20h15				

NOTES ET PROCHAINS RENDEZ-VOUS

L'ATELIER VOCAL LAURE HANSKA

partage ses murs avec le

PETIT THÉÂTRE DE LAURE EN BAR !

5 Avenue Amiral Courbet à Juan-les-Pins

*Un écrin privilégié en plein cœur de Juan-les-Pins, chaleureux et intime,
qui reçoit tous les cours de l'Atelier Vocal Laure Hanska en semaine, et qui
présente de nombreux spectacles tous les samedis.*

📍 « Le Petit Théâtre de Laure en Bar »
Réservation spectacles ☎ 09 83 88 74 48



ATELIER VOCAL LAURE HANSKA

📍 5 Avenue Amiral Courbet - 06160 Juan-les-Pins

☎ 06 16 99 00 78

👤 www.laure-hanska.com

✉ info@laure-hanska.com



Bienvenue au
PETIT THÉÂTRE
DE LAURE EN BAR



LE PETIT THÉÂTRE DE LAURE EN BAR

5 Avenue Amiral Courbet, 06160 Juan-les-Pins

Réservations au 09 83 88 74 48

Demandez le programme par SMS au 06 16 99 00 78



3 concepts de spectacles... ♥

Spectacles et Concerts "Évènements"

Théâtre, stand-up, chanson, humour, évènements littéraires, conférences... tous les artistes confirmés du spectacle vivant se produisent régulièrement dans nos murs.

Concerts "Laure Hanska and friends" - Soirées thématiques

Laure est au piano et chante pour vous, entourée d'amis : musiciens, chanteurs et élèves-artistes, réunis autour d'un thème choisi (une période, un style musical, un artiste...) pour une soirée de musique, de chansons et de convivialité 🎵

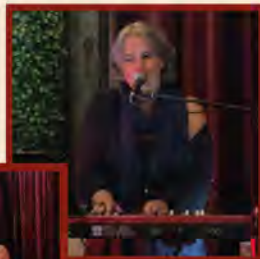
Spectacles et concerts "Nouveaux Artistes"

Les Pépites de Laure

Les **Pépites de Laure** sont des artistes au potentiel formidable. Chanteurs, auteurs et comédiens, membres de **La Troupe de l'Atelier**, ils sont choisis, préparés et accompagnés par **Laure** dans le cadre de leur formation chant et théâtre. Ils font avec vous leurs premiers pas sur la scène du **Petit Théâtre de Laure en Bar**. À la fin du spectacle, ils sont accessibles et disponibles pour échanger avec le public.



*À très vite au Théâtre !
Laure*



LE PETIT THÉÂTRE DE LAURE EN BAR

5 Avenue Amiral Courbet, 06160 Juan-les-Pins

Réservations au 09 83 88 74 48

Demandez le programme par SMS au 06 16 99 00 78



Les Spectacles du...

PETIT THÉÂTRE DE LAURE EN BAR

CAFÉ-THÉÂTRE SPECTACLES CONCERTS
STAND-UP IMPRO LECTURES CONFÉRENCES

Créé en 2019 par Laure Hanska, le Petit Théâtre de Laure en Bar est un écrin chaleureux et atypique en plein cœur de Juan-les-Pins.

Micro-scène dédiée exclusivement à la voix et à la création, le Petit Théâtre de Laure en Bar reçoit chaque fin de semaine des artistes différents : des comédiens, des auteurs, des chanteurs et des musiciens, dans une ambiance cosy et décontractée.

UN SPECTACLE INÉDIT CHAQUE SAMEDI À 19H

Et selon programmation : les mardis et vendredis à 20h, et les samedis à 15h

Demandez le programme !

Envoyez "**programme**" par SMS au **06 16 99 00 78**
et recevez en avant-première notre agenda-spectacles pour réserver vos places en priorité avant la diffusion plus large (théâtre de 30 places).

À très vite le plaisir de vous avoir parmi nous au théâtre !

Laure



LE PETIT THÉÂTRE DE LAURE EN BAR

5 Avenue Amiral Courbet, 06160 Juan-les-Pins

Réservations au 09 83 88 74 48

Demandez le programme par SMS au 06 16 99 00 78

