

## Se libérer par l'improvisation théâtrale

À la découverte du théâtre d'impro



Se libérer par l'improvisation théâtrale

### Se libérer par l'improvisation théâtrale / À la découverte du théâtre d'impro

C'est un genre de théâtre encore trop peu connu du public et que certains découvrent parfois avec beaucoup d'enthousiasme, lors de soirées cabaret ou match. Le théâtre d'improvisation propose aux spectateurs des scènes inédites, que les comédiens composent en direct, « en live », grâce à des techniques de jeu, et surtout en s'appuyant sur « l'équipe », la complicité avec les partenaires et la cohésion du groupe.

Thèmes, catégories, l'improvisation a sa propre grammaire, mais reste très ouverte et accessible à tous. Que ce soit pour le comédien ou pour le spectateur, c'est un théâtre profondément libérateur.

Souvent perçu comme léger, comique et tout au mieux divertissant, notamment par les amoureux du « beau » texte, il est désormais défendu par plusieurs écoles et compagnies qui se battent pour valoriser la théâtralité dans l'improvisation et montrer qu'il peut développer différents registres et bouleverser le spectateur en profondeur.

En plus d'avoir de nombreuses vertus comme favoriser la confiance en soi, le lâcher-prise, la connexion aux autres, l'autodérision, la façon de se mouvoir et d'utiliser son corps, l'improvisation forme des comédiens libres, qui repoussent sans cesse les limites du jeu.

L'association Ouest Rox qui œuvre pour l'art et la culture à Mirande depuis presque dix ans et qui enseigne également la mise en scène, a ouvert plusieurs cours d'improvisation en 2018. Depuis un an, son intervenante Tatiana Néraud propose aussi des cours et des stages d'impro pour les jeunes.

Les adultes les plus aguerris composent la troupe Perlimp'Impro qui se produit régulièrement en public.

Un nouveau cours vient d'ouvrir le mardi soir de 19h45 à 21h15 pour les adultes et les jeunes de plus de 16 ans qui veulent découvrir le théâtre d'impro. Pourquoi pas vous ? Si le cœur vous en dit, n'hésitez pas à prendre du temps pour vous et à rejoindre l'aventure.

**Les séances d'essai sont gratuites. Contact : 06.63.84.59.57.**



mirande impro 1.jpg



mirande impro 12.jpg