



# La Gazette du BT



N°52 Dimanche 26 mai 2019



## Nouveau rangement du matériel au Freihof



## D'un dimanche à l'autre....

Le mois de juin sera chargé niveau BT, le prochain dimanche de répète sera le 16 juin et avant ça, quelques dates à retenir :

Joseph est né le 4 juin

Camille GL, le 6 juin

Zoé et Christophe S, le 9 juin

Pensez à eux!

"Pour ma chérie ..  
c'était largement avec."



## Si la chef le dit...

- « c'est ingrat »- « C'est doublement ingrat, c'est même gras double ! »

- « vous n'avez pas le même sens de la virgule !  
Clairement, les altes, les sopranos.. Il y a un contraste dans l'interprétation de la virgule »

- « C'est vache là, je reconnais que vous avez du mérite ! »



## 11 conseils de chanteurs pour améliorer votre voix et votre bien-être

### Conseil n°2 « Débloquez » votre visage



Le visage est une des zones, si ce n'est LA zone, la plus crispée du corps. Le détendre change vos rapports avec les gens ainsi que la manière dont ils vous regardent. Pour ce faire, vous avez plusieurs moyens : Lorsque vous vous sentez crispé, commencez par débloquez la mâchoire, qui est la zone avec laquelle vous exercez le plus de force. Laissez-la un peu tomber de sorte à ce qu'elle soit entrouverte (pas trop non plus sinon vous passez pour un ahuri !). Vous allez déjà libérer une grande tension. Après la mâchoire vient la zone autour des yeux et du front. Détendez au niveau des sourcils et des paupières. Voyez la représentation du bouddha : ses traits sont apaisés, sans la moindre contraction. Essayez simplement et vous réaliserez au fur et à mesure le changement. Faites fonctionner votre langue et votre bouche : articulez davantage, vibrez plus les lèvres, montrez les dents ! Sauf si un bout de salade y est coincé. Imaginez aussi que vous parlez à gorge déployée, que rien ne vous bloque.

### Conseil n°3 Prenez conscience de votre souffle



Le souffle est tout simplement votre carburant, votre vitalité. Pensez-le comme une circulation, un mouvement en vous. Plusieurs chanteurs visualisent un fin tuyau avec lequel ils vont émettre de l'air et varier la puissance de leur voix. Où trouver de la puissance dans sa voix ? Prenez l'air au bas du ventre, vous aurez plus de capacité ! Travailler votre souffle à cet endroit vous amènera à vous ancrer au sol : vous serez plus stable et sûr de vous.

### Nouveauté chez les Mahler



Nous venons de déménager à Marlenheim et vous invitons à vous arrêter au 8 rue du Fossé pour venir boire un petit verre le prochain dimanche BT, 16 juin 2019 (se garer au parking de la salle des fêtes). Vous pouvez venir avant 9h15, entre midi et 15h ou après 17h00 . Merci de m'envoyer un sms pour me dire si vous pensez venir au 06 70 71 03 25 A très bientôt.

Thierry et Annie