

# **STAGE D'IMPROVISATION**

**du 27 février au 1 mars 2026**





# PRÉSENTATION

L'association In Extremis est très heureuse de présenter son stage d'improvisation qui, cette année, accueillera trois musiciens professionnels\* :

- Antoine Delbos – batteur et compositeur,
- Robin Nitram – guitariste et compositeur,
- Sacha Leroy – bassiste et compositeur.

Nous sommes ravis de poursuivre cette belle aventure à vos côtés, au cœur de la magnifique région du Lot.

Ce stage d'improvisation a pour vocation de partager notre passion de la musique et d'inspirer chacun et chacune à trouver sa propre voie à travers son parcours de musicien ou de musicienne.

Ouvert à toutes et à tous, ce stage s'adresse à celles et ceux qui souhaitent apprendre, explorer et s'exprimer à travers la musique vivante — celle qui naît de la pratique de l'instrument, de l'écoute collective et du partage avec les autres.

*\*À noter : L'équipe d'intervenants varie en fonction du nombre de stagiaires inscrits.*

# MUSICIENS INTERVENANTS

## Antoine Delbos

Compositeur et batteur, Antoine propose un univers personnel à travers la création et l'interprétation de différents répertoires. Boulimique de connaissances et d'expériences, il n'hésite pas à chercher ses influences dans les registres les plus divers. De plus, passionné d'enseignement, son approche de la pédagogie au travers des intelligences multiples donne aux étudiants toute l'amplitude nécessaire pour explorer le chemin qui s'offrira à eux tout en ouvrant des pistes vers des contrées inexplorées.



<https://www.youtube.com/watch?v=j3yE6lGhKVw>



## Robin Nitram

Le guitariste et compositeur Robin Nitram propose, à travers sa pédagogie, une expérience musicale globale. Essentiellement inspiré par les musiques afro-américaine du XX ème siècle mais aussi par ses voyages l'ayant emmené en Asie et en Amérique du Nord, il veille à ce que l'élève se concentre d'avantage sur le chemin à parcourir plutôt que sur la destination finale. Il a enregistré plusieurs albums avec différents groupes et privilégie le travail en collectif.

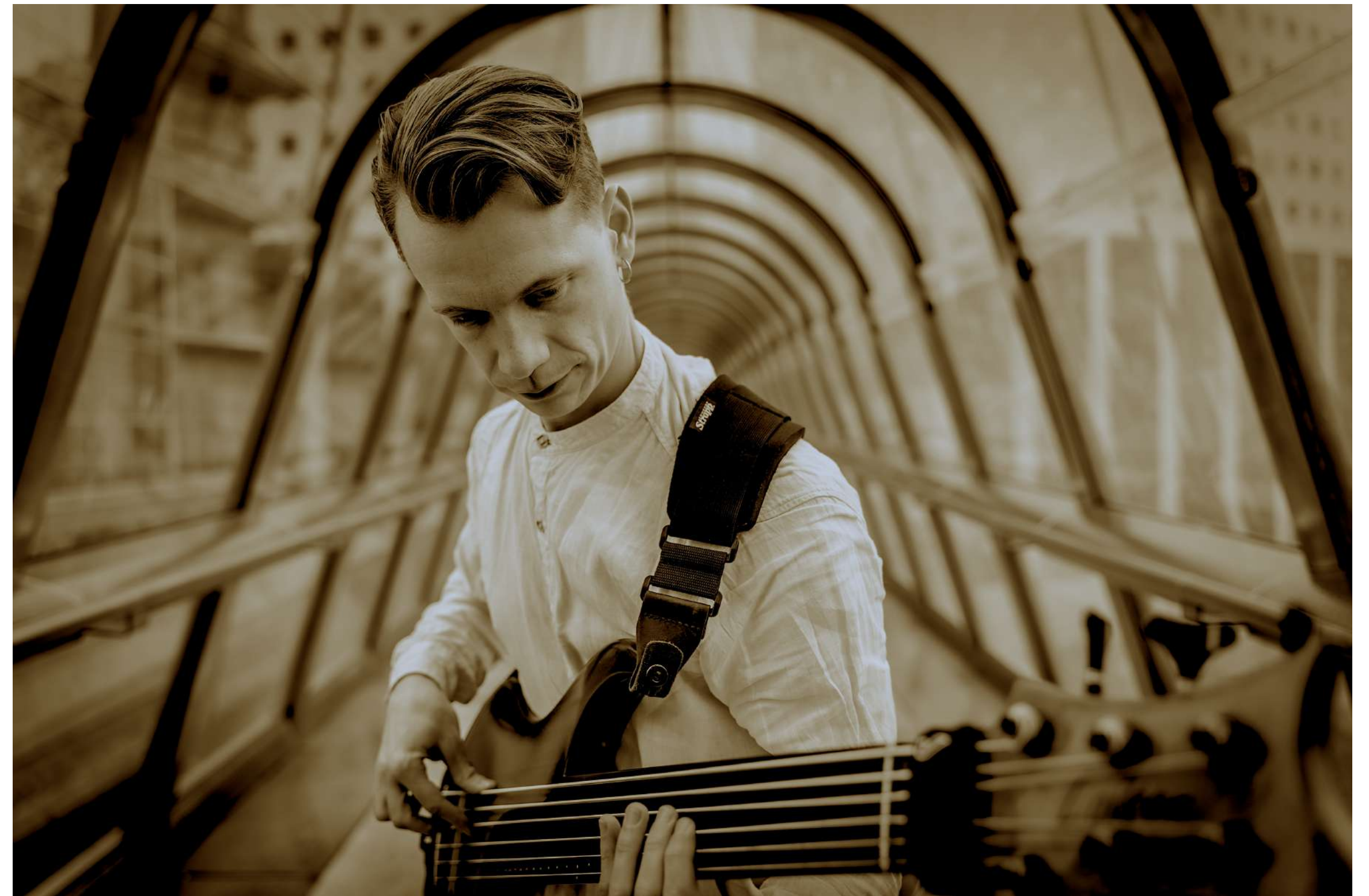
[www.robinnitrammusic.com](http://www.robinnitrammusic.com)





## Sacha Le Roy

*Bassiste aux influences multiples, **Sacha Le Roy** est inspiré aussi bien par le jazz et l'improvisation que par le rock et les musiques du monde. Cette ouverture d'esprit est essentielle à sa pédagogie qui n'hésite pas à faire le pont entre les différentes traditions. Chaque style a ses codes, mais chacun a son style ! La pulsation intérieure, le phrasé, l'intention musicale... autant de notions sur lesquelles il aime s'appuyer afin de faire ressortir la personnalité musicale de chacun.*



# INFORMATIONS & TARIFS

*Du 27 février au 1 mars 2026*

300€ plein tarif

275€ pour les adhérents de l'école de musique de Cajarc

175€ pour les - de 16 ans adhérents à l'école de musique de Cajarc

**Restauration** : Possibilité de restauration à l'Auberge du Pont les midis avec l'équipe pédagogique.

**Contacts** :

06 14 66 28 54

[lestagemusicaldulot@gmail.com](mailto:lestagemusicaldulot@gmail.com)



# HÉBERGEMENTS

Office de tourisme de Cajarc :

Tel : 05 65 40 72 89

Site : <http://www.cajarc.fr/decouverte/tourisme/office-de-tourisme/>

## HÔTEL-RESTAURANT LA PEYRADE \* \*

Route de Cahors 46160 Cajarc

Tel : 05.65.10.42.03 ou 06.09.34.52.81

Email : [contact@hotel-gite-lapeyrade.fr](mailto:contact@hotel-gite-lapeyrade.fr)

Site : <https://www.hotel-gite-lapeyrade.fr/>

## LE CHANT DU VERDIER (5km)

Le Verdier 46160 Cajarc

Tél: +33 6 86 86 09 13

Email : [contact@lechanteduverdier.com](mailto:contact@lechanteduverdier.com)

Site : <https://www.lechantduverdier.com/>

## GÎTE LA GALINETTE ET LE DORMITON (5km)

Semberot 46160 Cajarc

Tél: 0565110344

Email : [lagalinette46@orange.fr](mailto:lagalinette46@orange.fr)

Site : <http://galinette.dormiton.free.fr/>

## BLUE HOTEL CAJARC

380, avenue François-Mitterrand 46160 Cajarc

Tél: +33(0)5 65 40 65 35

Email : [contact@cajarcbluehotel.fr](mailto:contact@cajarcbluehotel.fr)

Site : <http://www.cajarcbluehotel.fr/contact.php>

## AUBERGE DU PONT

16, avenue Coluche 46160 Cajarc

Tél: (+33) 05 65 40 67 84

Email : [auberge.cajarc@gmail.com](mailto:auberge.cajarc@gmail.com)

Site : <https://www.auberge-cajarc.com/contact>

## CAMPING LE TERRIOL (MUNICIPAL) \* \*

Rue du Cuzoul 46160 Cajarc

Tel : +33565407274

Site : <http://campingleterriol.fr/wp/fr/accueil/>