

# STAGE IMPRO : META ET AUTOFICTION

Quand on improvise sur scène nous sommes en permanence confrontés à **trois facettes** : notre **personne**, notre partie **comédienne** et notre partie **personnage**.

La **méta** propose de laisser une place à la partie comédienne, sans pour autant détruire notre personnage. L'**auto-fiction** permet de laisser transparaître des bouts de notre **histoire personnelle**, tout en conservant notre **pudeur** et la **dimension artistique**.

Dis autrement : comment utiliser des bouts de sa vie sur scène sans se blesser, sans se mettre à nue pour toucher à un **jeu authentique et vrai** ?



Stages animés avec par Yann Arnaud !  
[yann-improvisation.fr](http://yann-improvisation.fr) / [yann.improvisation@gmail.com](mailto:yann.improvisation@gmail.com)  
06.64.77.37.21

# STAGE IMPRO : META ET AUTOFICTION

La méta est plus difficile à définir : c'est laisser de la place sur scène à notre personne en plus du personnage. Cela peut impliquer de briser le quatrième mur - mais pas forcément !

Cela peut tourner au gag rapidement mais aussi - et c'est ce qui m'intéresse le plus - permettre d'accéder à une dimension plus personnelle, plus juste et plus sincère.

Et en bonus, la méta est un outils très très fun qui permet de décaler le propos et de se sortir de bien des situations délicates !

Pour l'auto-fiction, je me suis basé sur les stages que j'ai suivis avec l'excellent Omar Galvan. Pour ce qui est de la méta, je me suis appuyé sur mes propres recherches et le passionnant livre de Christophe Le Cheviller "Canines" (que je recommande chaudement !).

**Mots-clés** : méta, auto-fiction, jeu vrai

**Nombre de personnes** : idéalement entre 6 et 12

**Expérience** : personnes débutantes à confirmées

**Durée** : 1 jour possibilité de faire une version étendue en 2 jours

**Tarif** : me consulter



Stages animés avec par Yann Arnaud !  
yann-improvisation.fr / yann.improvisation@gmail.com  
06.64.77.37.21

# STAGE IMPRO : I HAVE A DREAM

Avez-vous déjà entendu de cette fin d'impro :

"*En fait, c'était un rêve*" ?

Avez-vous ressenti de la frustration de voir  
tout un univers réduit à néant ?

Et si **le rêve** devenait notre **moteur de jeu**, notre **outil d'exploration et de rencontre** ?

Ce stage vous propose **d'explorer l'univers des rêves** !

Nous expérimenterons plusieurs entrées et plusieurs sorties du rêve...

Le rêve est un merveilleux outil pour changer de perspective, s'autoriser la poésie, le surréalisme, l'absurde !



*Les photos sont issues d'un stage et d'un spectacle avec  
En Compagnie de Leroy et les Gouapes Douapes.*

Stages animés avec par Yann Arnaud !  
[yann-improvisation.fr](http://yann-improvisation.fr) / [yann.improvisation@gmail.com](mailto:yann.improvisation@gmail.com)

06.64.77.37.21

# STAGE IMPRO : I HAVE A DREAM

Le rêve est utile en **format court**, pour introduire de la variété, comme en **format long** pour apporter de la profondeur aux personnages (que dit le rêve de mon personnage ?).

L'idée est d'explorer plusieurs angles pour faire du rêve une matière passionnante, un espace de liberté et de plaisir de jeu !

Le stage est inspiré par le format de spectacle *I have a Dream* de Maxime Gloagen, une série de scènes indépendantes qui ont toutes un lien avec le rêve.

**À la fin du stage, vous aurez un format prêt à jouer !**



*Les photos sont issues d'un stage et d'un spectacle avec  
En Compagnie de Leroy et les Gouapes Douapes.*

**Mots-clés** : onirique, poésie, effets de chœur, surréalisme, absurde

**Nombre de personnes** : idéalement entre 6 et 12, maximum 15

**Expérience** : personnes débutantes à confirmées

**Durée** : 2 jours, possibilité de faire une version condensée en 1 jour

**Tarif** : me consulter

Stages animés avec par Yann Arnaud !

[yann-improvisation.fr](http://yann-improvisation.fr) / [yann.improvisation@gmail.com](mailto:yann.improvisation@gmail.com)

06.64.77.37.21

# STAGE IMPRO : LA PLACE DE LA MUSIQUE

Comment faire de la **musique** une véritable **partenaire de jeu** ?

Comment jouer avec elle... ou même contre elle ?

Comment la laisser s'exprimer à notre place et révéler toute la **richesse émotionnelle d'une scène** ?

Ce stage vous invite à explorer différentes approches et outils pour **intégrer la musique au cœur de votre improvisation**.

Ici, il ne s'agit pas d'un travail sur les impros chantées ou la comédie musicale, mais bien d'apprendre à s'appuyer sur la musique pour enrichir le jeu.

La musique devient alors un allié précieux : elle permet d'habiter pleinement la scène sans ressentir le besoin de combler par la parole. Elle ouvre un espace pour le jeu physique, les silences, les regards... et les émotions.



Stages animés avec par Yann Arnaud !  
[yann-improvisation.fr](http://yann-improvisation.fr) / [yann.improvisation@gmail.com](mailto:yann.improvisation@gmail.com)

06.64.77.37.21

# STAGE IMPRO : LA PLACE DE LA MUSIQUE

Mais elle peut aller encore plus loin.

Elle inspire, colore, transforme. Elle peut couper une scène, en accélérer le rythme, en modifier l'atmosphère. Véritable **outil de mise en scène**, elle peut suggérer un lieu, dessiner un personnage, révéler une émotion ou même dévoiler un secret.

On peut choisir de s'y **accorder**... ou de s'y **opposer**.

L'objectif : s'approprier des effets proches du **langage cinématographique** et les transposer dans l'improvisation.

Et après ce stage, une chose est sûre : vous ne verrez plus jamais la **régie son** comme une place ennuyeuse !

Le travail se fera à partir de musiques enregistrées. Et si vous avez la chance de jouer avec un·e musicien·ne familier·ère de l'improvisation, vous pourrez facilement adapter et prolonger les outils explorés.

**Mots-clés** : musique, émotion, effets cinématographique, effets de chœur

**Nombre de personnes** : idéalement entre 6 et 12, maximum 15

**Expérience** : personnes débutantes à confirmées

**Durée** : 2 jours, possibilité de faire une version condensée en 1 jour

**Tarif** : me consulter

Stages animés avec par Yann Arnaud !  
yann-improvisation.fr / yann.improvisation@gmail.com

06.64.77.37.21

# STAGE IMPRO : GOUTTES D'IMPROS

Ce stage permet de jouer le spectacle Gouttes d'Impro. C'est une pièce improvisée dont les impulsions proviennent du **vin** (son goût, sa couleur, son odeur...).

Le vin est **goûté** simultanément, sur scène **par les comédiens et comédiennes**, et dans la salle **par le public**.

C'est une **expérience sensorielle** et théâtrale... L'idée est de se laisser porter par l'émotion et les sensations pour influencer sur l'histoire, ce n'est pas un cours d'oenologie :) !

Avec Gouttes d'Impro, ce que vous allez *voir* c'est ce que vous allez *boire* !

Gouttes d'impros est basé sur l'idée et le spectacle original « ImproVINson » de **Simon Boutet**, de la Clique à Farce de Brest, avec son aimable autorisation.

**À la fin du stage, vous aurez un format prêt à jouer !**



*Stage avec Impro2Pro (crédit photo Gaelle)*

Stages animés avec par Yann Arnaud !  
yann-improvisation.fr / yann.improvisation@gmail.com  
06.64.77.37.21

# STAGE IMPRO : GOUTTES D'IMPROS

Une fois acquis les codes des impulsions gustatives, olfactives et visuelles, il est possible de personnaliser le spectacle.

Le spectacle peut ainsi être décliné avec d'autres produits : des versions dégustation de thé ainsi qu'une association vin et chocolat ont été jouées.

Le stage, très dense, de 2 jours, permet de se familiariser avec la structure du spectacle, les impulsions sensorielles et des notions autour du vin. Des outils de long form sont également partagés.



*Les photos sont issues d'une restitution de fin de stage par Impro2Pro (à gauche Maïty, crédit photo Sébastien SBJ) et d'un spectacle avec Bobine Machine*

**Mots-clés** : format long, effets de chœur, dégustation, impulsions organiques

**Nombre de personnes** : entre 6 et 10

**Expérience** : personnes confirmées

**Durée** : 2 jours

**Tarif** : me consulter

Stages animés avec par Yann Arnaud !  
yann-improvisation.fr / yann.improvisation@gmail.com  
06.64.77.37.21

# STAGE IMPRO : HÉROS, SUPER-HÉROS, ANTI-HÉROS

“ On ne naît pas héros ou héroïne, on le devient ! ”

Ce sont souvent les autres et les circonstances qui font de vous ce personnage. Nous explorerons donc le personnage positif, au premier degré, **les héros et les héroïnes**.

**Et les super-héros et super-héroïnes ?** Nous allons les utiliser pour pousser les curseurs, aller plus loin dans l'héroïsme et les conflits.

Comment matérialiser les super-pouvoirs ? Quels arcs narratifs pour les super-héros et super-héroïnes ? Et les super-vilain.es ?

**Les antihéros et antihéroïnes** sont très peu explorés en improvisation. C'est après en avoir vu un magnifique dans la série *Slow Horses* que j'ai eu l'envie de m'y intéresser.

Alors, comment partir d'un **personnage détestable** pour en faire **un héros ou une héroïne** ? À quel moment le personnage bascule dans l'esprit du public ?

Est-ce qu'il suffit de *sauver le chat* ?



# STAGE IMPRO : HÉROS, SUPER-HÉROS, ANTI-HÉROS

Ce stage permet de répondre à ces questions :

- Comment savoir qui est le personnage principal ?
- Comment rendre le héros ou l'héroïne intéressant.e ?
- En miroir, cela donne des clés pour jouer les méchant.es !
- Comment jouer les personnages complexes et ambigus que sont les antihéros et antihéroïnes ?

Ces outils sont très utiles en format long mais peuvent aussi trouver leur place en format court.



**Mots-clés** : format long ou court, effets spéciaux, personnage

**Nombre de personnes** : entre 6 et 12

**Expérience** : personnes débutantes (1 an) à confirmées

**Durée** : 2 jours

**Tarif** : me consulter

Stages animés avec par Yann Arnaud !  
[yann-improvisation.fr](http://yann-improvisation.fr) / [yann.improvisation@gmail.com](mailto:yann.improvisation@gmail.com)

06.64.77.37.21

# STAGE IMPRO : WORKFLOW

Et si au lieu de partir d'un format existant, le spectacle était créé collectivement ici et maintenant ?

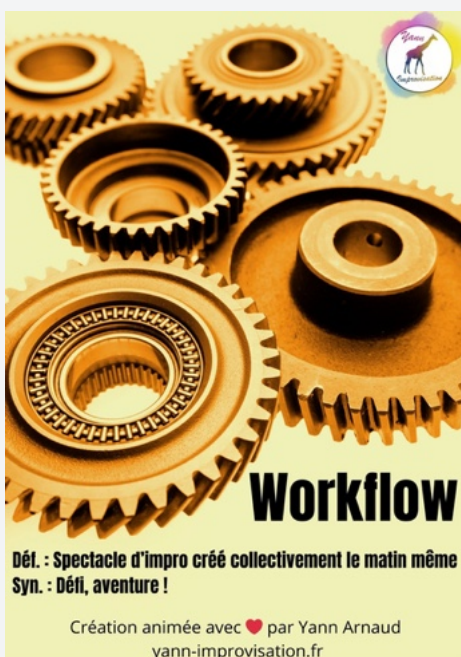
**Partir d'une page blanche**, c'est l'aventure que je vous propose avec le processus **Workflow** !

L'objectif est de créer, en partant des idées et envies des participant·es, un **spectacle original** et **fédérateur** qui sera **joué le jour même**.

J'ai conçu une **méthode**, basée sur une série de choix et d'inspirations, qui permet de converger très vite vers un **concept unique et durable**.

La dimension participative crée une **cohésion** particulière et une **adhésion** forte au spectacle.

Le spectacle appartiendra à celles et ceux qui l'ont créé !



Stages animés avec par Yann Arnaud !  
yann-improvisation.fr / yann.improvisation@gmail.com  
06.64.77.37.21

# STAGE IMPRO : WORKFLOW

Il est essentiel de **jouer le spectacle** dans la foulée, **l'urgence** facilite la prise de décision, et cela évite d'espérer une perfection illusoire et de repousser indéfiniment la rencontre avec le public. Ce format d'atelier est donc **idéal** pour les **festivals**.

Je propose des exercices, j'anime la discussion et je propose une synthèse. Cette étape reste brève pour maintenir l'énergie ! Ensuite le format est testé et ajusté en fonction de ce qui fonctionne.

**Il ne reste plus qu'à le jouer devant le public !**



*Les photos sont issues d'un de Workflow créée au Gros Festival (Belfort), au GIF (Nancy), avec les Nains Provisateurs (Kingersheim, Alsace).  
J'ai également animé un workflow a CIL Good Festival en 2024.*

**Mots-clés** : création originale, cohésion, festival

**Nombre de personnes** : entre 6 et 15 personnes

**Expérience** : personnes débutantes à confirmées, groupes mélangés

**Durée** : 1/2 journée à 1 jour + spectacle / 2 jours avec debriefing & amélioration en jour 2.

**Tarif** : me consulter

Stages animés avec par Yann Arnaud !  
[yann-improvisation.fr](http://yann-improvisation.fr) / [yann.improvisation@gmail.com](mailto:yann.improvisation@gmail.com)

06.64.77.37.21

# QUI SUIS-JE ?

Improvisateur passionné depuis 2008, professionnel depuis 2016, je joue et j'anime des ateliers à **En Compagnie de Leroy** (Belfort), **Les 90 Lucioles** (Frahier) et **Bobine Machine** (Mulhouse).

J'aime les **effets de cœur**, **l'onirique** et la **poésie** dans les impros ainsi que porter un message, jouer des spectacles thématiques !

Mes stages sont **joyeux, denses, inclusifs** et dans la **bienveillance** ! La meilleure façon d'apprendre est de le faire en s'amusant !

J'aime partager les **outils** que j'ai construits et appris pour que les personnes puissent se les approprier.

L'impro est une pratique de la **liberté** cela me tient à cœur de toujours le garder à l'esprit.

J'aime que les **stages** soient directement liés à un **spectacle** pour que la matière puisse être **mise en pratique** et montrée sur scène dès que possible

