

Enrichir le jeu d'acteur avec le mime

Programme générique en date du 21 août 2026. Il peut être adapté à vos besoins.

Présentation générale	Dans le cadre de la formation professionnelle continue des artistes, nous avons la volonté de faire connaître des disciplines et des techniques liées au théâtre et au mouvement. Le mime corporel dramatique est avant tout une autre façon de faire du théâtre qui implique le corps et le mouvement comme essence même du langage théâtral.
Pré-requis	Comédien-nes ou autres artistes de la scène professionnel-s ou préprofessionnel-es désirant s'initier à la technique du mime. Bonne condition physique recommandée, la pratique étant physique. Pas d'autres pré-requis.
Objectifs généraux	Initiation à une méthode d'entraînement du corps pour l'acteur et aux techniques du mime. Approche des outils et des notions fondamentales. La technique et les outils transmis sont principalement ceux du mime corporel d'art dramatique d'Etienne Decroux.
Objectifs opérationnels, pédagogiques, évaluables	- Acquérir de la précision au niveau postural, gestuel et corporel (articulations, plans, dissociations) - Appliquer quelques principes fondamentaux du mime et pratiquer quelques techniques de base - Utiliser les techniques du mime
Public concerné	Comédien-nes ou autres artistes de la scène professionnel-s ou préprofessionnel-es désirant s'initier à la technique du mime.
Modalités d'inscription et délai d'accès	1) Votre candidature doit être validée par le formateur-la formatrice avant que vous n'adressiez votre demande à l'organisme financeur. Si vous souhaitez vous inscrire, contactez-nous via le formulaire de contact accessible dans la fiche de chaque formation ou dans la rubrique contact de ce site. 2) Pour toute question de prise en charge, contactez-nous sur le formulaire de contact. Votre inscription ne sera effective qu'après validation de votre candidature par l'intervenant, confirmation de votre prise en charge par l'organisme financeur si vous en avez fait la demande. Interlocutrice à disposition des candidats : Julia Zumstein – Mail : jz2027@proteiformes.com Des délais de l'ordre d'un mois et demi (en cas de prise en charge OPCO) ou une à deux semaines (financement direct) sont à prévoir entre la demande d'inscription et le démarrage du parcours.
Méthodes mobilisées	Travail dans une salle avec miroir, en groupe, en duo avec évaluation réciproque.
Ressources pédagogiques	Bibliographie livres et vidéos sur le mime.
Matériel pédagogique	Salle avec miroir et parquet. Tapis de sol.
Modalités d'évaluation	Avant le stage, un bilan de positionnement sera réalisé sous forme de questionnaire administré aux stagiaires et communiqué au formateur. Les exercices et le contenu du stage sera adapté aux besoins et aux objectifs des stagiaires. Ces questionnaires constitueront un outil d'appui pour le formateur qui lui permettra d'individualiser au mieux le parcours de formation. Tout au long du stage, des discussions et des bilans donneront lieu à des retours collectifs et individuels. A la fin du stage aura lieu un bilan collectif et individuel oral. Le formateur veillera à guider et orienter les stagiaires sur des axes de travail à approfondir pour la suite de leur parcours professionnel. Enfin, la mesure de la progression et des acquis des stagiaires pendant la formation sera évaluée par le biais de deux questionnaires envoyés rapidement après le stage et 3 semaines après le stage. Ces outils permettront aux stagiaires et au formateur d'estimer « à chaud » et « à froid », aussi bien les compétences et les apports que les éléments restant à approfondir par les stagiaires.

Accessibilité des personnes en situation de handicap

L'accessibilité d'un organisme de formation doit répondre au principe d'égalité de traitement vis-à-vis des personnes en situation de handicap, établi par la loi Handicap du 11 février 2005.

Accès aux formations

À chaque personne son projet de formation adapté à ses besoins spécifiques.

Nos formations et les locaux dans lesquels elles se déroulent sont accessibles à toutes et tous.

En cas de besoin spécifique, n'hésitez pas à contacter le référent handicap : Eric Zobel via le formulaire de contact du site.

Tarif indicatif

Durée 3 heures

Intervenant(e)



Eric Zobel

Formateur

Né au milieu des années 70 en Provence, Eric Zobel est un artiste prolifique et protéiforme qui sévit depuis 1998. Sa rencontre avec trois maîtres, le chorégraphe et performeur Julyen Hamilton, le mime et assistant de Decroux Thomas Leabhart, et le clown et pédagogue Alain Gautré oriente son travail artistique vers la recherche d'une synthèse entre le mouvement, la voix et le théâtre.

Après des études de Lettres et Philosophie en khâgne, à l'ENSATT dans la section administrateur puis au Conservatoire de Saint-Denis (TGP) avec la Compagnie des Lucioles (Pierre Maillet, Mélanie Leray, Paola Comis), il fonde à Lyon un compagnie de théâtre universitaire, l'école de théâtre Arts en Scène avec Emmanuel Courtieu et Marie Bardet et la compagnie professionnelle Noir Clair. Il est performeur dans le duo burlesque *Boris & John* avec David Lakein en France, à Berlin et Amsterdam. Il est également acteur sous la direction de Pascal Omhövère, assistant de Novarina, Gabriel de Richaud et Julie Serpinet et participe au chœur d'*Enrico V* de Pippo Del Bono.

Titulaire du DE de théâtre en 2010, il transmet le théâtre corporel auprès de publics très larges (IME, ESAT, écoles de théâtre, compagnies professionnelles et d'amateurs, Fédérations, etc.). Il a notamment dirigé des ateliers de pratique pour les étudiants de l'Université Lyon 3 et Lyon 1 (STAPS), de l'Institut de Soins Infirmiers Rockefeller à Lyon, des élèves des Conservatoires de Clermont-Ferrand et de Bourgoin Jallieu, et du Centre de Formation des Musiciens Intervenants (CFMI - Lyon 2.) Il a également donné des sessions de formation continue professionnelle en direction notamment des professeurs des Conservatoires de la Ville de Paris et des guides-conférenciers de la RMN (Réunion des Musées Nationaux).

Ses réalisations

Mises en scène : *Phèdre* de Racine en hommage à Eugène Green, *Vous qui habitez le temps* de Valère Novarina, *Univers Shakespeare*, ainsi que *En attendant Godot*, *Acte sans Paroles II*, *la Dernière Bande*, *Oh les Beaux Jours* de Samuel Beckett, *Blob* (jeune public) co-écriture et mise en scène.

Conseil artistique : Il est conseiller artistique théâtre pour la compagnie de danse contemporaine Cube - Christian Ubl, spectacle *la Semeuse*.

Spectacles tout-terrain et en espace public : les *Gesticulaires* et *Vénus et Perséphone* au Musée Gallo-Romain de Lyon, *Philibert et Marguerite* au Monastère Royal de Brou-Musée de Bourg-en-Bresse. Pour le Printemps des Poètes, il crée des performances poétiques *Marathon Poétique*, *Poésie ininterrompue* et *Passe le poème à ton voisin*, au Musée National de l'Orangerie *Poésies Intérieures*, pour le

Festival Tout l'monde dehors, *Roméo et Juliette* (version opéra electro hip hop) et *Histoire(s) de Théâtre* (spectacle-conférence sur l'Histoire du Théâtre). Avec son équipe, il investit ainsi des monuments nationaux, des hôpitaux, des musées, des gares, des bibliothèques et des théâtres pour changer un peu.

Publications : article sur Novarina, *La parole, le théâtre, la vie* dans *Coulisses* (revue théâtrale de l'Université de Besançon, 2000) et sur la performeur Lisa Nelson, *Réflexions du point de vue d'un metteur en scène et théoricien du théâtre*, dans *Vu du Corps*, Nouvelles de Danse, Bruxelles, 2001.

Contenus

Programme pédagogique

Partie 1 : Mise en corps

Relaxation et échauffement corporel adapté à la pratique du mime dans le but d'assouplir le corps, de délier les mouvements et de renforcer la ceinture abdominale. On abordera la notion de l'isolation des tensions corporelles et de résistance à l'action (action/contre-action).

Partie 2 : Dissociation et gammes

Pratique d'une série de gammes (dissociation segmentaire du corps) dans le plan des inclinaisons. Approche de gammes en rotation.

Exploration des transferts de poids et de l'engagement dans l'action.

Partie 3 : Exploration de deux notions : points fixes-points mobiles et tirer/pousser

Travail sur les points fixes et les points mobiles. Recherche de précision, travail en duo et retours réciproques. Approche de la notion de « tirer-pousser » et implications dans le jeu

Partie 4 : Applications et improvisations

Afin d'appliquer les notions et compétences apprises, application à des situations théâtrales sans paroles comme point de départ des improvisations. Propositions de thématiques d'improvisations muettes si besoin.