



PERCUSSIONS CORPORELLES

Faites vibrer vos équipes

Faire de la musique ensemble... sans instrument

Les **percussions corporelles** sont une **expérience artistique et collective** où le **corps et la voix** deviennent les **seuls instruments**.

Claps, frappes, voix, polyrythmies et objets sonores **s'assemblent** pour créer une **énergie de groupe puissante et fédératrice**.

Accessible à **tous, sans prérequis musical**, cette pratique **ludique et exigeante** développe l'écoute, la précision, la concentration et la **cohésion**.



Format & Public

- De 15 à 30 personnes, jusqu'à 200 participants selon le lieu
- Durée : jusqu'à 2 heures
- Séminaires d'entreprise, sem-building, événements collectifs
- Possibilité de **restitution finale spectaculaire**



Bénéfices clés

- ✓ **Renforcer la cohésion et le lien social**
- ✓ **Développer l'esprit d'équipe et la confiance**
- ✓ **Canaliser l'énergie, gérer le stress et l'imprévu**
- ✓ **Favoriser l'adhésion aux valeurs de l'entreprise**



L'esprit

Très ludique, très sérieux.

Chacun donne le meilleur de lui-même pour *faire vibrer le groupe*.



contacts : **06 81 55 21 08** ou **06 08 30 39 12**

www.pleinvol.fr

Un déroulé collectif interactif et progressif !

Expérience fédératrice, énergisante et **accessible à tous** !

Accueil

- Présentation & brise-glace
- Icerbreaker percussif
- Échauffement ludique, rythmique et vocal



Je découvre



Diffusion

- Restitution devant tous
- **Finale spectaculaire !**
- Enregistrement ou vidéo souvenir possibles
- **Standing ovation** et énergie collective



Je découvre

Apprentissage

- Jeux ludiques
- Ensemble de percussions corporelles
- Découverte des polyrythmies



**PERCUSSIONS
CORPORELLES**
Faites vibrer vos équipes

Je m'éclate

Création

- Construire un morceau
- Créer une performance collective
- Assembler polyrythmies & voix
- Improvisation encadrée
- Rôle de chef d'orchestre

Interaction & Plaisir

- Communiquer en rythme
- Partager des fous rires
- Augmenter le challenge

