

1^{ÈRES} RENCONTRES

art[®] athlétique santé



SAINT - JEAN - CAP - FERRAT

du 3 au 8 Mai 2015

1^{ère} Académie de Trompette

performance et bien-être

Préparation physique
de la pratique instrumentale,
médecine, thérapeutiques,
physiologie, anatomie,
yoga, training,
alimentation, hygiène de vie.

Conférences
Concerts
Stage / Ateliers
Entraînement
Expositions

BULLETIN D'INSCRIPTION EN PAGE 5



SAINT-JEAN-CAP-FERRAT



TOUT POUR LA MUSIQUE
NICE

Colos Music
NICE



"5 voies pour 1 voix"



Art Athlé Santé, ce sont 5 voies

- Méthodologie de la pratique instrumentale
- Activités physiques et sportives
- Yoga
- Médecine
- Alimentation, hygiène de vie

pour 1 voix :

- la voix du musicien, son "corps-instrument".

Art Athlé Santé, précurseur du genre, propose des ateliers des plus originaux, articulés de manière tout à fait innovante.

Dans cette optique, **Patrick Carceller** et **Pierre Dutot** conduiront **l'Académie de trompette** en parallèle avec la branche **"Arts et santé"**, ouverte aux musiciens, enseignants, médecins, thérapeutes, étudiants, passionnés, amateurs...

Le tronc commun à nos Rencontres, véritable passerelle entre la musique, les arts, la santé et les sciences, mais aussi et surtout l'humain, apportera un éclairage nouveau sur une pédagogie instrumentale trop longtemps vouée à l'empirisme.

Rencontre, échanges entre l'ensemble des participants, diffusion et partage des connaissances et expériences.

Animations et concerts agrémenteront les soirées.

La Rotonde Saint-Jean-Cap-Ferrat



Efficacité maximale et plaisir de jouer

Les intervenants et pédagogues proposent des ateliers classiques et originaux allant de l'enseignement artistiques aux domaines et disciplines auxiliaires de la pratique instrumentale telle qu'elle se doit d'être, moderne et scientifique tout en étant attrayante.

BRANCHE ARTS ET SANTÉ :

Médecine

Docteur Marc Wahli

Spécialiste en médecine manuelle (Société Médicale Suisse de Médecine Manuelle)
Guitariste, saxophoniste.

Diplôme Européen de Médecine des Arts 2007

- Médecine manuelle: traitement manuel des Troubles Musculo-Squelettiques,
- approche spécifique des problèmes physiques et psychiques liés à la pratique d'un instrument,
- la charnière vertébrale et son importance dans le traitement manuel des problèmes de dysfonctions du rachis,
- la douleur chronique: traitement non médicamenteux de la douleur chronique, clinique et approche en thérapie myofasciale.

Yoga

Georges De Martino

Musicien professionnel (Trompettiste)
Professeur de yoga : Institut Français de Yoga/Krishnamacharya Healing & Yoga Foundation

- L'apport du yoga dans la pratique instrumentale : Postures (āsana), exercices respiratoires (prāṇāyāma), concentration (dhāraṇā), trois des huit membres de l'ashtāṅgayoga pour prendre conscience du corps-instrument.

Préparation physique de la pratique instrumentale / alimentation / hygiène de vie

Joan-Vincenç Lanzillotti

Initiateur et coordonnateur des Rencontres
Musicien professionnel (trompette), 1^{er} Prix du CNR de Nice
Diplôme Européen de Médecine des Arts 2007
Athlète vétéran (sprint).

- Méthodologie de l'entraînement sportif de haut niveau appliquée à la pratique instrumentale
- Hygiène de vie, alimentation.

Atelier Rencontres.

Dr M. Wahli, G. De Martino, J-V. Lanzillotti, + conférencier.

Retour sur les ateliers et la conférence du jour : approfondissement, échanges.
Illustrations pratiques ; clinique : réponses personnalisées aux problématiques des étudiants (posture, jeu, hygiène de vie, etc.).

Conférenciers

Lundi 4 mai

Michel Masseglia, modérateur. Enseignant à l'UFR-STAPS de Nice Sophia Antipolis (responsable enseignement anatomie descriptive et fonctionnelle) entraîneur au Nice Côte d'Azur Athlétisme (NCAA), épreuves combinées (CA-JU-ES-SE).

Secrétaire du Centre Régional de Biologie et de Médecine du Sport de Nice.
(Thème communiqué ultérieurement).

Mardi 5 mai

« *Parcours de santé de musiciens* » : paralysie faciale a frigore ; dysbiose, allergies alimentaires ; hémochromatose.

Dr M. Wahli, P. Carceller, J.-V. Lanzillotti

Mercredi 6 mai

Dr Ruby Orengo, médecine préventive, diététique et micronutrition, ostéopathie, acupuncture. Batteur, saxophoniste.
(Thème communiqué ultérieurement)

Jeudi 7 mai

Autohypnose et préparation mentale du musicien

Dr Olivier Benarroche, Chirurgien-Dentiste, Hypnothérapeute, chargé de cours à la faculté de médecine de Nice dans le cadre du D.U. d'hypnose médicale, Vice-président de l'Académie Azurénne d'Hypnose, conférencier et formateur.
Guitariste de jazz et compositeur.

Vendredi 8 mai

« *Les dystonies du musicien* »

Dr Benoit Kullmann, neurologue, écrivain, chercheur clinicien affilié à l'Université de Montréal, guitariste.

Programme et conférences sous réserve de modifications



Expositions à la Rotonde

- *Tout pour la musique, Colos music, AIS Sabatier*, instruments anciens *Rodolphe Delcroix*; collection privée de M. Savas Palasis. *Joan-Loïs Ruf-Costanzo* présentera mandoloncelle et instruments traditionnels nissards, provençaux et italiens.
- *Jean-Michel Chauveau*, ancien athlète : sculptures et peintures sur le thème de la musique et du sport.

ACADÉMIE DE TROMPETTE

Patrick Carceller

Professeur de trompette à l'Académie Supérieure de Musique de Strasbourg ainsi qu'au Conservatoire à Rayonnement Régional de Reims.
Artiste YAMAHA.

Pierre Dutot

Soliste-concertiste international
Professeur de trompette honoraire au CNSM de Lyon,
artiste YAMAHA,
diplômé en Éducation physique et psychologie.

Georges De Martino

Yoga : postures, exercices respiratoires, yoga du visage.

Isaac Yaya

Entraîneur d'athlétisme,
Brevet d'État d'Éducateur Sportif (BEES),
athlétisme 2^e degré,
Master 1 STAPS en réathlétisation,
ancien athlète international.
Condition physique, renforcement musculaire, stretching.

J-V. Lanzillotti

Méthodologie de la pratique instrumentale.
Physiologie, construction des séances (objectifs, chauffe/mise en lèbres, contenu, récupération), optimisation du jeu, planification, modalités de récupération, etc.
Alimentation, hygiène de vie.

Atelier Rencontres.

Dr M. Wahli, G. De Martino, J-V. Lanzillotti, + conférencier.

Retour sur les ateliers et la conférence du jour : approfondissement, échanges.
Illustrations pratiques ; clinique : réponses personnalisées aux problématiques des étudiants (posture, jeu, hygiène de vie, etc.).

DIMANCHE 3 MAI APRÈS-MIDI

À partir de 15h, arrivée des stagiaires de l'Académie de trompette, accueil, installation.

Ouverture des Rencontres :

17h : présentation de la thématique et des intervenants, à la médiathèque.

19h : apéritif-concert donné par les intervenants.

MERCREDI 6 et JEUDI 7 MAI

Animations musicales en ville

VENDREDI 8 MAI

10h : commémoration du 8 mai 1945

11h : apéritif à la salle Neptune, animation musicale.

21h : concert de clôture

SAMEDI 9 MAI

Départ de l'hôtel avant midi

Programme et conférences sous réserve de modifications



BULLETIN D'INSCRIPTION

TARIFS

Académie de Trompette

(limitée aux 15 premiers inscrits, sinon liste d'attente):

400€, hébergement et petit-déjeuner compris (hors repas midi/soir*)

☐ Je souhaite être en chambre individuelle, et paierai le supplément

Branche Arts et santé :

400€ (hébergement, et repas non compris*).

*possibilité de se restaurer à des tarifs privilégiés pour tous les stagiaires

IMPORTANT

Pour les stagiaires trompette, prévoir un certificat de non contre-indication médicale à la pratique sportive, une tenue adéquate dont chaussures type running, une grande serviette; pantalon noir, chemises blanches, veste, chaussures noires; un pupitre.

Pour les stagiaires Arts et santé participant aux cours de yoga, prévoir une tenue confortable, une grande serviette.

Date limite d'inscription : Samedi 4 Avril 2015

OUVERT AUX PLUS DE 15 ANS ET MINIMUM 2^e CYCLE

(les mineurs devront être accompagnés et sous la responsabilité du parent ou de l'adulte accompagnateur)

Nom Prénom

Date de naissance Sexe : ☐ M / ☐ F

Adresse

Code postal Ville

Téléphone Email

..... Profession

JE SOUHAITE M'INSCRIRE AU STAGE: ☐ ARTS ET SANTÉ
(la journée de stage se déroule de 8 h à 12 h et de 14 à 17h) ☐ ACADÉMIE DE TROMPETTE

Instrument(s) pratiqué(s), niveau, nombre d'années d'études.

.....
.....

Sport(s) pratiqué(s), niveau

.....

Intérêts, attentes concernant les Rencontres Art Athlé Santé

.....
.....

Problèmes médicaux, allergies alimentaires, etc. (strictement confidentiel)

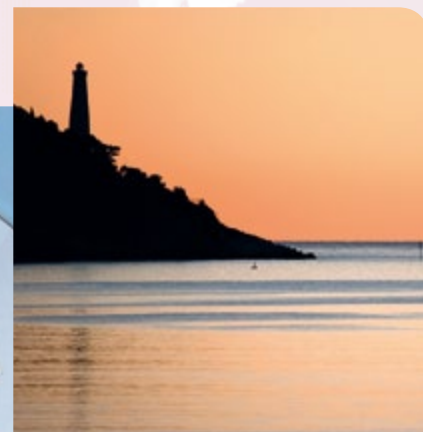
.....
.....

☐ Je déclare être en possession d'une assurance individuelle responsabilité civile

☐ Je joins un chèque de 200€ à l'ordre d'Art Athlé Santé, à l'adresse ci-dessous, et m'engage à m'acquitter du solde le premier jour des Rencontres; aucun remboursement ne sera accepté en cas de désistement ultérieur au 4 avril 2015

Date
..... / / 2015

Signature précédée de la mention « lu et approuvé »



Saint-Jean-Cap-Ferrat, presque à la beauté exceptionnelle située entre Nice et Monaco, accueille dans un havre de sérénité les 1^{ères} Rencontres Art Athlé Santé



Depuis l'aéroport de Nice, taxi ou navette lignes d'azur N°98 (6€), descendre à Nice-Promenade des Arts. Correspondance gratuite avec la ligne 81 à destination de Saint-Jean-Cap-Ferrat, arrêt au terminus.

Par train : à Nice-Ville, correspondance TER Saint-Raphael/Vintimille jusqu'à Beaulieu-sur-mer, puis bus 81 à destination de Saint-Jean-Cap-Ferrat, arrêt au terminus.

