



La Traversée des corps

Un concept original de comédie musicale improvisée © Tania Depallens- tania@tempo-impro.ch

Concept

Un spectacle de comédie musicale improvisée de 40-45 minutes, pour 6 personnes. Le public et les joueur·euse·s conviennent ensemble de **ruptures sonores, corporelles ou émotionnelles** qui jalonnent le spectacle.

À partir de cet accord, la scène se déploie comme une **traversée fluide** : solos, duos, trios et chœurs s'enchaînent, portés par la musique, le chant et le mouvement. Le spectacle s'achève dans une **résonance finale** où les ruptures se densifient et créent un grand tableau collectif.

Basé sur un entraînement donné par Noémie Cuérel.

MC — Instructions au public

1. **Introduction** « Bonsoir, nous allons vivre ensemble *La Traversée des corps*. C'est un spectacle sans histoire pré-écrite, qui se construit avec vos idées et nos corps. »
2. **Demande des ruptures**
 - « Nous avons besoin de vous pour nous donner 3 à 5 *ruptures*. Une rupture, c'est un signal qui nous permettra de changer d'énergie, de rythme ou d'émotion en cours de spectacle. Ça peut être quelque chose de corporel (ralenti, arrêt net, mouvement précis), sonore (silence, cri, style musical), ou émotionnel (un registre soudain, du grave au comique, du tendre au tragique). »
 - Noter et rappeler les ruptures choisies.
 - Lors de l'accord initial avec le public, on peut proposer :
 - ruptures **corporelles**
 - ruptures **sonores/musicales**
 - rupture **émotionnelle** Cela donne un éventail équilibré.
3. **Explication du pacte** « Ces ruptures, nous allons les utiliser librement pendant le spectacle. Parfois une seule, parfois plusieurs à la fois. Ce seront nos virages, nos secousses, nos éclats. Nous improviserons à travers elles. »
4. **Lancement** « Vous êtes prêt·e·s ? Alors, embarquons ensemble dans *La Traversée des corps*. »



Déroulé pour les joueur·euse·s

1. Accord initial

- Présenter les ruptures au public.
- Installer une première séquence chorale ou collective -> proposition, tout le monde commence sur scène dans une position libre.
- Mettre en place le “flux” (rythme organique, chant + mouvement).

2. Traversée

- Impro libre entre solos / duos / trios / chœur.
- Déclencher les ruptures au besoin : ralentis, silences, éclats sonores, changement de style musical, bascules d'énergie.
- Utiliser rappels et échos pour donner cohérence.
- Explorer pleinement le corps (danse, ombres, banc de poissons, miroirs).

3. Résonance finale

- Faire monter la fréquence des ruptures.
- Rassembler progressivement tout le groupe dans un tableau puissant, collectif, sonore et visuel.
- Clore par une suspension, une explosion ou un retour au silence.

✨ Résumé points clés pour les joueur·euse·s

- “Suivre ses pieds” : se laisser surprendre. Proposer du mouvement, sans forcément entrer dans la choré (càd sans chercher des directions, placements ou formations).
- Sortie / entrée franches : pas besoin de les justifier, vous savez toujours parfaitement où vous devez être ou aller. Ne vous jugez pas, allez jusqu'au bout.
- Tout est flux : alterner solo / duo / trio / chœur sans s'enfermer dans une structure fixe. S'appuyer sur les exercices d'échauffement pour préparer le langage corporel, sonore et collectif.
- Oser la rupture : chacun·e peut la déclencher, les combiner, ou surprendre.
- Penser aux leitmotifs : un geste, un son (le chant), une posture déjà vus peuvent revenir pour donner une continuité.
- Jeu à 360° : occuper tout l'espace, avant, arrière, diagonales, hors-scène. Offrir les mouvements avec qualité et intention/attention au public.
- Final collectif : l'énergie converge vers un tableau partagé.

◆ Entraînement recommandé

Cercle des limites et bienvenue :

Prénom, pronom, troupe. Accent sur son corps et celui des autres, communiquer sur le fait d'être ok d'être touché.e.x ou pas, etc.

Exercices :



Echauffement

- Réveil du corps : Par terre, on s'allonge et on ferme les yeux, on relâche la pression de la journée. Puis petit à petit on visualise chaque partie du corps, en commençant par le crâne et en allant jusqu'au pied. On réveille gentiment le corps en commençant par bouger les doigts de main et pied, puis en activant les chevilles et poignets qu'on tourne, puis on peut décoller les mollets, puis les cuisses qui battent contre le sol. On soulève le bassin pour étirer le dos, puis on roule en boule sur le côté gauche, puis droite, en passant bien les bras par-dessus la tête. On peut finir par un étirement en basculant les jambes à gauche avec le bras droit tendu et la tête qui regarde vers le bras tendu, puis on inverse.
- Chauffage voix : Glissando pour chauffer la voix. Puis sirènes majeures sur ng/m/v
- Energie : en cercle, "Hay yah (peut changer de direction) / Coucou (saute une personne) / Schlac (bloc) / Objection (saute dans le cercle)"

Son, rythme, mouvement

- Musique-stop-guide : Cercle + musique (seulement piano), tout le monde bouge en suivant le son de la musique/piano, les yeux fermés ; quand la musique s'arrête, le mouvement s'arrête. -> précision dans les gestes, sur le rythme.
- Voix-stop-guide : Cercle + voix, tout le monde bouge en suivant le son, cette fois de la voix d'une personne désignée au hasard qui chante ; quand la musique s'arrête, le mouvement s'arrête. Refaire les yeux ouverts pour plus de déplacement ample.
- Double écoute : Dans l'espace. Une personne chante accompagnée par de la musique, la moitié du groupe bouge les yeux fermés en suivant la voix du chant, et l'autre moitié suit la musique (piano + batterie + guitare). Refaire les yeux ouverts pour plus de déplacement ample.
-> assumer les formations superposées divergentes (une suit la voix, une suit les instruments de musique)

Ensembles, formations, chœurs

- Miroirs : en duo, avec passage clair du lead, puis sans leader défini.
- Banc de poisson : circulation collective fluide. Unex leader devant qui change par rotation du groupe.
- Version chantée : bourdon vocal en fond + solistes qui émergent.
- Ombres : un duo en lead joue une scène, accompagné de deux "ombres" qui prolongent leur mouvement. Le duo en lead peut lancer une chanson.
-> Les ombres suivent les personnes en lead mais peuvent avoir leur propre trajectoire sans passer toutefois devant les leads ("comme la 2e pointe d'un compas, peut tourner autour de la lead, mais ne passe pas devant"). Les ombres ne font pas forcément la même chose entre elles / peuvent se décaler de l'émotion des leads.

Rappel résumé points clés (voir ci-dessus)

- Ruptures convenues et test concept raccourci : choisir en groupe 3-5 ruptures (corporelles, sonores, émotionnelles) et les tester en improvisation longue. Improvisation libre où chacun·e choisit d'entrer/sortir, avec couches multiples (chants, ombres, silences, mouvements, etc).
-> pour former les ruptures, combiner un "signal" précis et une action



Banque de ruptures avec déclencheurs clairs

1. Ruptures corporelles

| Déclencheur clair | Action corporelle | Exemple |
|--|-----------------------|--|
| Clap des mains | Freeze total | Tout le monde s'arrête comme une statue à chaque clap. |
| Hurllement d'un·e joueur·euse | Accélération brutale | Tous accélèrent les gestes dès le cri. |
| Sifflet ou kazoo | Ralenti extrême | Les gestes ralentissent dès le signal sonore. |
| Tape sur le sol | Chute généralisée | Tous tombent ou roulent au sol au signal. |
| Pointage du doigt par un·e joueur·euse | Marionnettes | Les corps deviennent rigides dès que quelqu'un désigne un point. |
| Levez le bras | Animalité | Transformation corporelle en animal déclenchée par bras levé. |
| Lancer d'objet léger | Réduction progressive | Tous réduisent les gestes quand un objet vole dans l'espace. |

2. Ruptures sonores (initiées par voix ou musicien·ne·s)

| Déclencheur clair | Action sonore | Exemple |
|---------------------|---------------|---|
| Coup de cymbale | Silence total | Musique et voix s'arrêtent instantanément. |
| Mot lancé sur scène | Unisson forcé | Un mot comme "Stop" → tous chantent ou parlent à l'unisson. |



| | | |
|------------------------------------|-----------------------|---|
| Sifflet ou cloche | Polyphonie éclatée | Chaque personne commence sa ligne vocale en même temps. |
| Coup de tom / caisse claire | Cri collectif | Explosion vocale synchronisée avec percussion. |
| Frapper une table / bloc | Bourdon ou note tenue | Une note ou un son continué → soliste improvise dessus. |
| Chuchotement d'un·e soliste | Chuchotement général | Tous passent au murmure dès que la soliste chuchote. |

3. Ruptures spatiales

| Déclencheur clair | Action spatiale | Exemple |
|---|------------------------------|---|
| Entrée brusque de quelqu'un | Tout le monde sort | Signal visible → scène se vide ou s'inverse. |
| Clap ou cri à l'entrée | Tableau figé | Tous figent leurs positions sur le signal. |
| Spot lumineux dirigé | Ligne frontale | Tout le monde se tourne vers la lumière. |
| Frapper le sol ou claquer des doigts | Montée en hauteur | Passage immédiat sur plateformes ou chaises. |
| Crier un mot dans un coin | Isolement d'un·e joueur·euse | L'attention se focalise sur la personne qui crie. |

4. Ruptures émotionnelles / narratives

| Déclencheur clair | Action émotionnelle | Exemple |
|--------------------|---------------------|--|
| Cri soudain | Grave → comique | Explosion de rire ou de voix sur signal. |



| | | |
|--------------------------------------|------------------|---|
| Rire forcé d'un·e joueur·euse | Tendre → violent | Passage immédiat à geste brutal ou intense. |
| Mot-clé lancé sur scène | Absurde / décalé | Un mot déclenche gestes absurdes ou sons incohérents. |
| Clap ou percu | Minimalisme | Tous réduisent gestes, respiration et sons. |

5. Ruptures musicales initiées par les musicien·ne·s

| Déclencheur clair | Effet corporel / sonore | Exemple |
|-------------------------------------|--------------------------------|---|
| Changement soudain de tempo | Accélération / ralenti | Tous ajustent leurs gestes à la vitesse imposée. |
| Note forte / cluster | Chute ou chaos | Corps réagissent immédiatement au choc sonore. |
| Glissando / riff particulier | Gestes ondulants ou chutes | Déclenchement clair visuel et sonore. |
| Silence brutal | Corps figé | Freeze instantané. |
| Coup de cymbale ou tom | Entrée / sortie générale | Tout le groupe réagit physiquement. |
| Mot chanté par musicien·ne | Polyphonie ou canon | Signal précis pour que tous commencent à voix décalées. |

◆ Besoins techniques du spectacle

Lumières :

- Ambiance souple : clairs-obscurs, intensités variables pour appuyer ruptures ou passages choraux.
- Pas besoin de décors lourds, mais espace scénique dégagé, ouvert.



Musique :

- Un·e musicien·ne live (piano, beatbox, percussions corporelles, voix).
- Capacité à suivre ou impulser les ruptures.
- Doit pouvoir improviser sur différents registres (lyrique, comique, rythmé).

Espace :

- Plateau nu, permettant circulations fluides et usage du hors-scène.
- Si possible, espace où le public entoure partiellement la scène → accentue l'effet immersif. Essayer une mise en place sur le parterre, avec des chaises public sur scène, style AVLI au Cazard ? Si les lumières le permettent...! (On peut emprunter des spots si besoin mais on s'enlève la possibilité de varier les ambiances de lumière, c'est un autre style de mise en scène mais qui ne me déplairait pas perso)

◆ **Flexibilité**

Nombre de joueur·euse·s :

- Format idéal minimum : 6.
- Peut fonctionner à partir de 4 (moins de couches simultanées, mais plus de solos/duos).
- Peut monter à 8-10 : accent sur polyphonie et grands tableaux collectifs (contrainte du nombre de micros par contre)

Durée:

- 40-45 min standard.
- Possible en version courte 25-30 min (moins de ruptures, montée finale plus rapide).
- Possible en version longue 1h (plus de développements solos/duos, rappels étendus).

Public :

- Sollicité seulement en ouverture pour définir les ruptures.
- Ensuite, rôle d'observateur·trice du flux, sans interruption.