



« Merci pour cette superbe découverte  
Le son m'a empli et en plus je recevais le soleil et l'ensemble m'a réchauffé, le o avait la forme et la couleur du soleil et mon souffle s'est super bien placé. Mon buste est monté tout seul. J'avoue que ce moment que tu nous as offert m'a fait énormément de bien  
J'espère pouvoir continuer. »

A.M.E



SITE WEB :  
[www.estelleyoga.fr](http://www.estelleyoga.fr)

E-MAIL :  
[estelleyoga@live.fr](mailto:estelleyoga@live.fr)

## RETOURS DES SEANCES DE NADA YOGA – YOGA DU SON

- « Merci pour ce nouveau moment sonore! La frustration de ne pas s'entendre et de ne pouvoir baigner dans les ondes et vibrations du groupe est forte mais on sent que tous les participants y trouvent plaisir et ont envie d'aller plus loin! :)  
Je partage l'envie de pratiquer davantage c'est clair! En effet 30 min c'est comme une entrée, une intro, on sent que tout le corps et l'appareil phonique sont bien réveillés après ça! ça donne beaucoup de chaleur, d'énergie et de couleurs! Par rapport à ce qu'on fait en cours "classique", la voix chantée peut permettre de mieux ressentir les différentes parties impliquées dans le souffle, de découvrir la pression d'air, la "colonne d'air", grâce aux sons émis. C'est aussi une façon de faire le pont entre l'espace intérieur et extérieur, c'est toute la magie de la voix! Ça dépend sans doute du parcours de chacun, personnellement ayant découvert le chant avant le yoga, c'est le chant qui m'a amené à la technique vocale et donc la conscience du souffle... tout ça est très lié et finalement c'est pour moi la même voie!

A très vite pour la suite et le stage! »

- « (...) Super le travail avec les voyelles, beaucoup de couleurs et de "textures" différentes, les faire séparément m'a rappelé le travail de technique vocale voire d'orthophonie (c'est lié) ... Ensuite la liaison de toutes les voyelles sur une même expiration a donné beaucoup plus de projection et de volume... c'est devenu une vraie ligne musicale! Sur le Lam vers la fin, il a pris de l'ampleur aussi, et chose que je n'ai jamais rencontré dans le chant : je sentais la voix qui toute seule avait envie d'aller sur d'autres notes, il fallait que la retienne pour qu'elle reste sur le do, pour la fixer. »

F.D