

LHI

La Hoube Info

CASE BOBOS
Aucun souci

La chanson du jour :

« Quand j's'rai ko »

Matinée

Chorale avec Claire : réveil en musique.
Chanson en canon puis à trois voix avec le renfort (précieux) des maîtresses.

Musique avec Claire : suite de la sonorisation de l'album de Zékéyé : pluie, moustiques, grenouilles, serpents...

Danse avec Stéphanie : Jeu du miroir, suite de la chorégraphie.

Cabane à sons avec Cédric : nous entrons par une porte dérobée et improvisons un concert pour Solo à l'aide d'objets et d'instruments en tout genre.

« Il faisait ZIP quand il roulait, BAP quand il tournait, RRRR quand il marchait... »

Après midi

La matinée était intense, nous sommes bien fatigués.

Yoga relaxation avec Stéphanie : un moment de détente fort bienvenu et très apprécié que nous referons en classe (l'arbre dans le vent, respirer ensemble, la fleur de la respiration...)

« Zen soyons Zen... »

Mise en scène avec Cédric : premier filage du spectacle et conseils aux acteurs.

Temps en classe/ douches : carnet de bord, achat des souvenirs, lecture des courriers.

Soirée

Légende du rocher de Dabo racontée par Cédric.

Jeu des bûcherons avec Charlotte pour retour au calme avant le coucher

« Pourtant que la montagne est belle »

Météo :

Temps maussade...

« Rien que de l'eau, de l'eau de pluie, de l'eau de là-haut »

Déjeuner :

Betteraves en salade
Blé et riz aux légumes
Bœuf braisé/ Omelette
Yaourt bio à la vanille

Dîner :

Soupe de vermicelles.
Salade coquillettes
Jambon de dinde/thon
Fromage
Compote de pommes