

OPTIMISER SA TECHNIQUE DE JEU FACE CAMERA

Du 5 Octobre au 16 Octobre 2026 – Subsonic Montpellier / Tournage du 26 au 29 Octobre

Cette formation proposée par l'ACTING CLUB permettra aux acteur.ices d'acquérir deux techniques de jeu complémentaires qui contribueront à asseoir leur performance lors de casting et du jeu devant la caméra: la technique Meisner et la technique « Acting with passion » de Nicki Flacks. Ces deux techniques seront mises à l'épreuve du jeu devant la caméra lors de trois jours de **tournages de scènes** qui serviront de « démo » pour les acteurs, outil indispensable pour démarcher agents, directeur.ices de casting et réalisateur.ices.

Technique Meisner : A travers une série d'exercices de répétition tirés de la méthode Meisner, les élèves s'habituent à être dans l'instant présent (Living Truthfully). Ils apprennent ensuite à rester spontanés tout en tenant compte des circonstances imposées par l'auteur ou le metteur en scène (The given set of circumstances). Pour finir, ils travaillent des scènes: de la première lecture à l'analyse de texte, en passant par les répétitions...

Ce travail complet et profond permet aux acteurs de rester spontanés et authentiques, entièrement disponibles, tout en étant au service d'un texte. Avec ce stage, l'acteur identifiera la différence entre prétendre ressentir ce que le « personnage » ressent et exprimer librement ses propres émotions, avec une grande authenticité.

En complément à la technique impulse de Meisner, les stagiaires pourront également découvrir la méthode révolutionnaire « **Acting with Passion, les Émotions Sans Effort** » de Niki Flacks.

Type d'action : Action de formation

Type de compétence visée : transverses

Tarif net de TVA par stagiaire : 3000 euros en financement public (AFDAS – FRANCE TRAVAIL) ou 1380 euros en financement personnel

Nb de participants : 12 (14 avec Scott Williams)

Créé le: 01/03/2025

Dernière mise à jour le 01/12/2025

Indicateurs de performance

Taux de satisfaction général : NC

Taux de recommandation : NC

Taux d'accomplissement : NC

Contact pédagogique et référent handicap :

Mail: lou_brice@hotmail.com

Tél: 0617235510

Les indicateurs sont mis à jour trimestriellement. « NC » signifie « Non Communiqué » lorsque le programme n'a pas encore fait l'objet de formations permettant le calcul des indicateurs.

Informations pratiques

Format de la formation

Présentiel

Organisation

Individuel Langue : Français

03/2025

Délais d'accès

Accès possible à la formation dans un délai de 14 jours postérieure à la signature de la convention de formation et/ou de 15 jours postérieure à la signature d'un contrat de formation permettant le respect du délai de rétractation du client particulier.

Modalités d'accès

L'accès à nos formations peut être initié, soit par l'employeur, soit à l'initiative du salarié avec l'accord de ce dernier, soit à l'initiative propre du salarié. Un entretien avec le formateur valide l'inscription du candidat au parcours de formation .

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Si vous êtes en situation de handicap et que vous voulez suivre cette formation, merci de contacter notre référent handicap. Selon la nature de votre handicap, le référent déterminera les conditions d'accessibilité à la formation et l'adaptation des moyens de la prestation dont l'accessibilité des ressources et/ou la présence de supports spécifiques. Le référent pourra également vous orienter vers un partenaire capable de proposer une ingénierie de formation compatible avec la nature de votre handicap. Vous pouvez télécharger notre guide handicap à ce sujet.

Durée et horaires de la formation

Durée totale en heures : 80 heures

Dont durée en présentiel : 80 heures

Du 5 Avril au 16 Octobre 2026 (Du Lundi au Vendredi)

Tournage du 26 au 28 Octobre 2026

Horaires : 10h 18h (voir précisions dans le planning détaillé)

Public et prérequis :

Public : Demandeurs d'emploi, intermittents du spectacle et autres profils.

Prérequis : Pas de prérequis

Modalités d'admission : Admission après entretien

Objectifs et compétences visées

Objectif général :

- Asseoir sa technique de jeu.
- Gérer son jeu en s'appuyant sur les techniques étudiées
- Optimiser sa performance d'acteur-riche lors des castings, ou sur un plateau

Modalités d'évaluation

Dispositifs d'évaluation avant la formation

Pas de test pas de pré requis

Dispositifs d'évaluation pendant la formation

- Acting Mise en situation pro

Dispositif d'évaluation des acquis à la fin de la formation

- Acting Mise en situation pro

Dispositif d'évaluation de la satisfaction à la fin de la formation

- Questionnaire de satisfaction à chaud
- Questionnaire de satisfaction à froid (J+30 fin de formation)

Modalités correctives en cas de non atteinte des objectifs

Une procédure de rattrapage est systématiquement prévue en cas de résultats non satisfaisant aux évaluations ainsi qu'un accompagnement personnalisé pour aider le stagiaire à atteindre l'objectif de formation. Des modalités évaluatives complémentaires peuvent alors être déployées pour aider le stagiaire en complément des évaluations visées au présent programme.

Modalités pédagogiques

Méthodes et moyens pédagogiques

Lieu : Subsonic, 4 Rue du Général Riu 34000 MONTPELLIER

Ressources pédagogiques

- Programme de formation
- Support de cours (2)

Modalités techniques

Moyens techniques

- 2 caméras SONY ALPHA 7 III avec optiques ZEISS Sonnar son
- 1 enregistreur Sound Device Mixpre-10 II
- 2 micros hypercardio audiotechnica AT 897 1 kit HF Sony UWP-D11/K42
- 1 kit HF Sennheiser EW 112P G4-B
- 2 micro cravate cos 11
- 1 perche rode
- 1 perche K&M 23785
- 1 bonette Rycote Super Shield Kit Medium 1 bonette Blimp V2
- Lumière
- 1 projecteur face ouverte 2000w 3 projecteurs face ouverte 800w 3 fresnel 650 w

Modalités d'accompagnement

Formateur Principal :

Lou-Brice Léonard (Superviseur de la formation et Réalisateur des scènes demo)

Conférenciers :

- Scott Williams (Technique Meisner – semaine 1)
- Jessie Bulteel et Keltoum (Acting with Passion – semaine 2)

Accompagnement

Le formateur prévoit des temps d'accompagnement individuels afin de s'adapter aux besoins des participants. Une séquence introductive synchronique est systématique.

Justificatifs relatifs à l'exécution de l'action de formation

Pour justifier de l'assiduité du stagiaire et de la bonne exécution de la formation, les éléments suivants peuvent être fournis :

- Feuille d'émargement
- Évaluations réalisées
- Preuves d'accompagnement
- Certificat de réalisation
- Sanction(s) de la formation
- Attestation de formation
- Certificat de réalisation

Programme

Semaine 1 (JOURS 1-5) : La technique Meisner

L'objectif de la technique est d'offrir à l'acteur.ice l'entraînement nécessaire pour vivre pleinement les circonstances données par l'auteur, être disponible à l'autre, donner sa pleine attention à son partenaire et pouvoir suivre ses impulsions comme source de vérité.

- Révéler le moment sans rien anticiper
- Accomplir ce que l'on est censé accomplir et se laisser porter par le sous- texte, les émotions qui surgissent véritablement

- Devenir extrêmement sensible à la lecture comportementale de l'autre et pouvoir y répondre de manière organique et non plus cérébrale
- Gagner en sincérité et en authenticité
- Pouvoir accéder sans efforts à ses réponses impulsives et émotionnelles ancrées dans le moment présent.

Semaine 2 : La technique « Acting with passion » et prépa tournage

JOURS 6-7-8-9 (après-midi) : Parfait complément à la technique Meisner par Scott Williams, la technique « **Acting with Passion** » créée par Niki Flacks, s'inspire des travaux des psychologues Wilhelm Reich (L'Analyse caractérielle), Arthur Janov (Le Cri Primal) et Alexander Lowen (l'Analyse Bioenergetique) et des neurosciences ; ainsi que de la propre expérience de sa créatrice, Niki Flacks, en tant que comédienne.

La théorie est que les émotions sont littéralement emprisonnées dans les muscles du corps. Des l'enfance, nous apprenons à contrôler nos émotions en contractant différents muscles, nous forgeant ainsi, une "cuirasse". En aidant l'acteur à relâcher ces tensions en douceur, le flux de ses émotions peut circuler librement, sans qu'il ait à y "penser". Son jeu devient alors libre, riche et gagne en intensité.

En parallèle (sur les matinées) : Deux heures de travail sont prévues chaque matin pour la préparation des scènes : répétition, recherche de costumes, maquillage, coiffure.

JOURS 10-11-12 TOURNAGE : Le tournage réunira un réalisateur et 3 techniciens : un chef opérateur, un cadreur, un ingénieur du son, un perchiste, une maquilleuse. Les participants du stage compléteront l'équipe sur différents postes : cadre, perche, deco, selon leurs aptitudes/envies et seront guidés par les chefs de poste. Le tournage aura lieu dans des décors naturels en intérieur ou extérieur.

La post-production fera ensuite intervenir une monteuse, un étalonneur et un mixeur et sera supervisée par le réalisateur. Les scènes seront livrées dans un délai de 3 mois à compter de la fin de la formation. Leurs durées sera comprise entre 2 et 4 minutes.

Détail du planning :

Lundi 5 Oct :

10h-12h30 : évaluation de début de formation, identification des points forts/point faibles et définitions d'objectifs de formation (Par Lou-Brice Léonard)

13h30-18h30 : Technique Meisner Scott Williams

Mardi 6 Oct 10h-17h : Technique Meisner Scott Williams

Mercredi 7 Oct 10h-17h Technique Meisner Scott Williams

Jeudi 8 Oct 11h-18h : Prepa tournage le matin puis Acting with passion l'après-midi

Vendredi 9 Oct 14h-18h : Acting with passion

Lundi 12 Oct 10h-17h : Technique Meisner Scott Williams

Mardi 13 Oct 10h-17h : Technique Meisner Scott Williams

Mercredi 14 Oct 10h-17h : Technique Meisner Scott Williams

Jeudi 15 Oct 14h-18h : Acting with passion l'après-midi

Vendredi 16 Oct 10h-18h : Prepa tournage le matin puis Acting with passion l'après-midi

Lundi 26 Oct 14h17h30 : Prépa Tournage

Mardi 27 Oct 10h 17h : Tournage

Mercredi 28 Oct 10h 17h : Tournage

Jeudi 29 Oct 10h 17h : Tournage

Les 4 scènes tournées lors de l'édition de Février 2023 :

<https://youtu.be/xOZC0LzOYvQ>

<https://youtu.be/l2EWjTP5A50>

<https://youtu.be/NA3ZV2rV5QM>

<https://youtu.be/7Hap5malk1w>

Les 6 scènes tournées lors de la précédente édition de cette même formation en Juin 2022 :

<https://youtu.be/VZD3INAPQ0M>

https://youtu.be/oWSrB_x8TEc

<https://youtu.be/KizDCY8yrtM>

https://youtu.be/jhf_vbzGNRs

<https://youtu.be/fLpRVwwCe0M>

<https://youtu.be/jW3crgXVDBc>

[Règlement intérieur 2025](#)

[CGV 2025](#)

WWW.ACTINGCLUB.FR