

## COMMENT AUGMENTER SA PUISSANCE VOCALE ?

**1** Toujours commencer à échauffer sa voix.

**2** Faire des exercices régulièrement.

**3** Travailler sa respiration et pratiquer la relaxation.

**4** Bien dormir et reposer ses cordes vocales pendant au moins 7h.

**5** Libérer sa voix.

**6** Ne pas avoir peur du ridicule.

**7** Manger équilibré.

**8** Bien s'hydrater et faire des inhalations.

**9** Faire la différence entre "forcer sa voix" et "la faire résonner".