

I SEMINARI INTENSIVI DELL'ESTATE 2016

12-16 luglio

RIEQUILIBRIO MUSCOLARE: IL METODO MONARI a cura di Paola Manzini
h 9.00 - 13.00 / martedì 12 luglio dalle 16.00 alle 20.00 - dalle 15.00 per i principianti

Il **Metodo Monari** è un lavoro sul corpo, sulla struttura muscolare per sciogliere i blocchi e le rigidità che interrompono l'armonia.

Mira all'allungamento e all'elasticità dei muscoli posteriori, il cui accorciamento è causa di disturbi alla colonna vertebrale e responsabile dello squilibrio di tutto il corpo.

Artrosi, artriti, mal di testa, mal di schiena, ernia al disco, scoliosi, periartrite alla spalla, sono l'effetto di muscoli rigidi, talvolta di una sofferenza emotiva dimenticata.

Spalle rigide, mandibole serrate, bacino bloccato impediscono ogni movimento libero e lamentano la loro prigionia con forti dolori.

Sciogliere i blocchi muscolari significa rimettere in asse la struttura ossea e ridare giovinezza al corpo.

Paola Manzini è psicomotricista diplomata presso C.S.P.P.N.I. (Milano), insegnante di Ginnastiche Dolci Orientali presso E.F.O.A. Italia (Roma); è abilitata al Metodo Monari (Centro Monari Bologna) e al primo livello del metodo Corpo e Coscienza (creato da G. Courchinoux) basati entrambi sui principi di F. Mézières.

18 - 23 luglio

DANZA SENSIBILE IN NATURA / CAMPO DI ULIVI a cura di Claude Coldy
h 6:00-10:00 e 16:00-20:00

La **DANZA SENSIBILE**® è frutto di ricerca originale, iniziata negli anni '90 con l'incontro tra Claude Coldy (danzatore e coreografo) e una coppia di osteopati francesi (Jean Louis e Marie Dupuy). Propone di rivisitare alcune tappe fondamentali dell'evoluzione, rivivendo consapevolmente il processo di verticalizzazione dell'essere umano, per ritrovare, grazie alla memoria filogenetica risvegliata, le funzioni e le potenzialità contenute nella struttura dei nostri corpi.

La Danza Sensibile invita ad entrare nella dimensione profonda del "rallentare", allena corpo e mente all'ascolto profondo dei messaggi del corpo, propone di partire dall'ascolto sottile per danzare lo spazio interno ed esterno e vivere la propria danza dell'attimo presente, frutto del dialogo dinamico tra movimento interno, sensazioni e loro espressione danzata.

La Danza Sensibile è presentata sia attraverso seminari aperti a tutti che attraverso seminari specifici per terapeuti e seminari avanzati per danzatori, attori, artisti dello spettacolo e persone con una pratica collaudata di movimento.

La Danza Sensibile è presentata sia in studio che in natura. La Danza Sensibile in natura si nutre del rapporto tra l'essere umano e gli elementi, e nell'equilibrio di questo incontro le proposte della DS assumono per ognuno il valore di esperienze fondanti. Per questo ogni anno sono proposti dei seminari in natura: nella FORESTA NERA in GERMANIA, negli ULIVI a TUSCANIA in ITALIA, nel MARE a MARATEA, ITALIA...

Claude Coldy si forma a Parigi in danza contemporanea, classica e jazz. Partecipa a festival internazionali di danza e a Parigi segue anche una formazione come attore e prende parte a spettacoli in ambito teatrale, televisivo, cinematografico.

Dal 1982 si dedica alla coreografia e all'insegnamento e fonda a Genova la Compagnia Arbaete, con la quale si esibisce in Italia e in Europa. Nel 1990 incontra Jean Louis e Marie Dupuy, osteopati francesi con i quali crea le prime basi della Danza Sensibile®.

Dal 1990 si dedica all'insegnamento e alla diffusione della Danza Sensibile in Italia e in Europa conducendo seminari in studio e in natura. Dal 2000 ha iniziato a formare una nuova generazione di insegnanti certificati in DS.

19 - 23 luglio

PLACEMENT, IDEOKINESI, DANZA a cura di Ursula STRICKER
h 9:00 - 13:00

Arrivare nel corpo. Mettere in ordine e accordare lo strumento corpo.

Rallentare. Scoprire il corpo come strumento del movimento e come strumento per la vita. Incontrare se stessi attraverso il corpo cosciente.

Sviluppare la consapevolezza della struttura scheletrica e un allineamento posturale equilibrato.

Trovare l'asse, il centro, il tocco tattile, collaborare con la gravità.

Introduzione al "riposo costruttivo" e al potere dell'immagine basata sui principi dell'anatomia. Liberare il movimento di ogni giorno e liberare la creatività.

Placement

Sviluppato da Ursula Stricker, è un approccio "olistico", creativo, meditativo al movimento e allineamento del corpo che si basa sui concetti e sulla filosofia della Ideokinesi che Ursula Stricker ha appreso da André Bernard, a New York, negli anni '80, ma anche sui principi della meditazione e su altri approcci corpo-mente-spirito. Placement significa arrivare nel corpo, incontrarsi attraverso il corpo, sviluppare la consapevolezza del corpo, conoscere le leggi della natura, l'anatomia, sviluppare un allineamento equilibrato del corpo, l'agilità e la flessibilità, liberare la creatività.

Ideokinesi e Riposo Costruttivo

Ideokinesi è un concetto creato da Mable Todd negli anni Venti a Boston ("The thinking body", 1937) per bilanciare il sistema scheletrico e migliorare l'equilibrio del sistema muscolare. Il lavoro è focalizzato e costruito sul potere dell'immaginazione. Il Riposo Costruttivo è il cuore della ideokinesi. Nel riposo costruttivo si lavora con immagini studiate sui principi dell'anatomia. L'immaginazione è facilitata attraverso il tocco e l'aiuto tattile.

Ursula Stricker

Artista interdisciplinare di nazionalità svizzera che ha coniugato nella sua vita danza, arte visiva e figurativa, meditazione, pedagogia del movimento e allineamento del corpo (placement), scrittura. Insegnante di placement, ideokinesi, movimento, danza. Abita e lavora a Berna e Oberdiessbach, Svizzera. Il suo percorso nelle arti figurative si è andato sviluppando parallelamente a quello della danza e della consapevolezza di corpo-mente-spirito. Ha studiato molti anni a New York, dove ha incontrato i suoi maestri ed elaborato il suo approccio creativo al movimento, allineamento del corpo e alla didattica. Ha dato vita a performances multimediali e allestito numerose mostre d'arte visiva e figurativa. Ha pubblicato due libri su Ideokinesi (Inglese/Tedesco) e una monografia, il libro d'arte «Figurinen». Dal 1992 insegna placement e danza creativa a Berna, presso il centro «Etagé», spazio per movimento, espressione e silenzio che lei stessa ha fondato e dirige. Insegna anche in Italia e in Inghilterra.

25 - 30 luglio

LA DANZA TEDESCA: L'INSEGNAMENTO DI JEAN CEBRON a cura di Virginie Heinen

h 9:00-13:00

Formata giovanissima alla danza presso la scuola superiore Folkwang a Essen in Germania, Virginie Heinen studia soprattutto con Jean Cébron e diventa la sua assistente.

Danza con diversi coreografi in Germania e in Belgio prima di arrivare in Francia dove lavora come interprete per Blanca Li, Marilén Iglesias Breuker, Luc Petton, Laura Simi & Damiano Foà, Laura Scozzi e Renate Pook.

Nel 2002 crea la compagnia Blicke in collaborazione con Enrico Tedde e firma una quindicina di coreografie.

Realizza la coreografia "Chout" sulla musica omonima di Sergj Prokofiev per il Balletto del Opera Nazionale del Reno /CCN di Mulhouse in Francia nel 2011. Conduce il progetto coreografico "Schritte" per gli allievi della scuola supérieure d'arte drammatica del Teatro Nazionale di Strasburgo nel 2012.

Interpreta il solo "Nicht vergessen", un ritratto coreografico e teatrale creato da Brigitte Seth e Roser Montllò Guberna (Compagnia Toujours après minuit) specialmente per lei nel 2013 e partecipa nel 2014 alla creazione teatrale di "Desiderio sotto gli olmi" di Eugenio O'Neill, regia di Guy-Pierre Couleau, produzione della Comédie de l'Est – Centro d'Arte Drammatica Nazionale di Colmar in Francia. Nel 2015 realizza il film documentario "Join and follow" per il canale televisivo culturale franco-tedesco ARTE per l'emissione Square Artiste.

Si laurea in Pedagogia della danza contemporanea per professionisti presso il Centra Nazionale della Danza di Parigi nel 2013 e insegna in diverse strutture in Francia e all'estero : (Balletto dell' Opera Nazionale del Reno a Mulhouse, Ballet du Nord/ Centro Coreografico Nazionale di Roubaix, Atelier de Paris – Carolyn Carlson, Centro Nazionale della Danza (Parigi e Lione), Ménagerie de Verre a Parigi, Le Pacifique / Centro di Sviluppo Coreografico - CDC de Grenoble, Università e Conservatorio di Strasburgo, Conservatorio del Isola La Réunion, Centro di formazione per professori di danza – CEFEDM di Nantes, scuola superiore CNDC d'Angers, Conservatorio supérieure di Lione, scuola della Scala di Milano, conservatorio superiore El Barco a San José in Costa Rica). Da 10 anni pratica il Kinomichi, un' arte di movimento giapponese e un lavoro sull' energia che ha influenzato molto la sua danza e il suo insegnamento.

Nel seminario che avrà luogo a Tuscania, Virginie Heinen proporrà un lavoro tecnico e di improvvisazione basato principalmente sull'insegnamento della scuola tedesca (metodo Jooss-Leeder basato sui principi di Rudolph Laban e sviluppato da Jean Cébron).

Si tratta di un lavoro sulle qualità del movimento (Eukenetik) attraverso l'energia, il tempo e lo spazio (Choreotik).

Esplorare i contrasti; prendere coscienza di ogni gesto per renderlo più leggibile; associare le sensazioni del corpo alle nozioni tecniche per raggiungere una maggiore libertà di movimento.

Un'attenzione particolare sarà data:

- al movimento «respirato» quindi allo scambio perpetuo della tensione e del rilasciamento;
- all'economia dell'energia nel movimento;
- alla globalità del movimento utilizzando come motore gli appoggi che usano l'energia del suolo come prolungamento e sviluppo della camminata (ispirato dai principi del Kinomichi);
- alla mobilità del torso, della colonna vertebrale e delle braccia, fonti di espressività specifici della danza tedesca.

L'insegnamento comprenderà anche un lavoro sugli "studi", una particolarità del metodo Jooss-Leeder dove si imparano, come nella musica, delle successioni di movimenti intorno ad un tema dato.

1 - 6 agosto

DANZA E ARTI MARZIALI: ELEMENTI DI KINOMICHI a cura di Enrico Tedde

h 9:00-13:00

La danza come opportunità per liberare energia, nuovi stati d'animo, sentimenti e poesia.

Il Kinomichi come cammino di studio per riconoscere i principi arcaici del movimento da cui la danza non può prescindere: il contatto con la terra dove la materia si sprigiona e tutte le cose hanno origine, il contatto con il cielo verso cui ci orientiamo per sentirci liberi, percepire la luce e connetterci al cosmo generatore.

Il metodo Noro-Kinomichi® apre un cammino che conduce alla liberazione e allo sviluppo dell'energia vitale e delle risorse personali inutilizzate.

Kinomichi in giapponese significa "la via dell'energia". Il creatore di questo metodo è il Maestro Masamichi Noro. Diretto allievo del fondatore dell'Aikido (Maestro Ueshiba), vive dal 1961 in Francia e insegna nel suo centro internazionale a Parigi.

Il Maestro Noro ha integrato la sua eredità culturale orientale con le diverse concezioni nel campo della coscienza corporea e del movimento incontrate in Europa per costruire una possibile sintesi, frutto di una visione globale.

La pratica permette di sviluppare la capacità di ascolto, di sincronizzare le azioni col proprio partner, di imparare ad economizzare l'energia nel movimento senza inutili blocchi o rigidità e contrazioni muscolari.

Il Kinomichi è rivolto a tutti senza limiti di età, e si rivolge anche a coloro che cercano una via naturale ed efficace di riabilitazione psicofisica.

Gli artisti in genere trovano nel metodo Kinomichi una pratica integrante della propria professione sia nella soluzione di problemi legati alla affinazione delle proprie abilità fisiche che nel rapporto con il pubblico.

Enrico Tedde danzatore formatosi a Essen presso la FolkWang Hochschule e coreografo fondatore a Strasburgo della compagnia Blicke, si dedica da circa 10 anni allo studio del Kinomichi frequentando regolarmente il centro internazionale del maestro Noro a Parigi. Ha insegnato una iniziazione a questa pratica al Conservatorio di Neuchâtel (Svizzera) e presso l' Ecole Municipale de Danse di Strasburgo.

8 - 20 agosto

PMD-PRESENCE, MOBILITE', DANSE a cura di Hervé Diasnas - **formazione**

h 10:00-13:00 e 15.00 - 18.00

"Padroneggiare la forza, accordare lo strumento prima di lasciarsi sfuggire la melodia, affinché il corpo disponibile e complice possa rispondere all'impulso in uno spazio appreso con lucidità".

La full immersion di due settimane inizia un percorso di formazione (6 settimane nell'arco di un anno), che intende trasmettere agli studenti la conoscenza delle principali forme, al fine di consentire al termine del percorso l'accesso ad una pratica personale sufficientemente articolata.

Hervé Diasnas, artista e pedagogo al di fuori della norma, ha condotto per vari anni una ricerca in ambiente acquatico e da essa ha tratto gli elementi per sviluppare una forma di training per danzatori unica nel suo genere: un training che sviluppa energia e rende al corpo naturalezza, cercando sia l'agio sia la forza; un training sensibile e potente costituito da esercizi che si praticano da soli o con altre persone. Il lavoro è a volte molto lento, a volte veloce, preciso e delicato.

Quella che adesso si chiama PMD-Presenza e Mobilità per la Danza (si chiamava LA PRATICA) è un'arte del movimento che giunge a una messa a punto tecnica dinamica nello spazio. Offre parallelamente equilibrio, distensione, vivacità, apertura e concentrazione. Per loro natura facilmente accessibili a tutti, le pratiche di Presenza e Mobilità sviluppano attivamente il potenziale energetico e accrescono le capacità tecniche del danzatore. A questo scopo è anche proposto l'apprendimento di alcune danze corte specifiche, sorta di "scale coreografiche".

Esiste una progressione nell'apprendimento che va da dentro a fuori, dal proprio corpo allo spazio e alla relazione con gli altri. Ogni fase è affrontata con forme specifiche.

Il LAVORO INTERNO è costituito da diverse pratiche quali massaggio, visualizzazione, circolazione energetica all'interno del corpo. È affrontato uno studio della meccanica corporea, unitamente a uno sviluppo della sensibilità. Il lavoro interno è praticato silenziosamente e lentamente al fine di lasciar sbocciare chiarezza e precisione.

Il LAVORO ESTERNO (tecnica) è costituito da pratiche particolarmente dinamiche che affrontano gli spostamenti nello spazio legati alle nozioni di direzione, orientamento, relazione, velocità, energia, peso e caduta. È nel corso di questa fase che si affrontano le "danze corte".

Il LAVORO AL SUOLO comprende la sperimentazione di spostamenti e di sequenze coreografiche che attraversano lo spazio sul piano orizzontale.

Il LAVORO CON IL LEGNO insegna a rapportarsi con l'altro: il legno è un partner neutro che ci permette di affinare le nostre competenze. E' l'anticamera del LAVORO A DUE.

IL VOLO DANZATO è una delle esperienze della pratica di Hervé Diasnas, ispirata al volo degli storni. insegna a un gruppo di danzatori (o di persone) a orientarsi nello spazio con riferimento alla traiettoria, alla direzione, e all'orientamento del corpo.

Così un gruppo di persone si sposta nello spazio seguendo indicazioni precise e cambiando continuamente percorsi e relazioni reciproche.

Organizzazione:

ASSOCIAZIONE CULTURALE VERA STASI

Via della Lupa, 6 – 01017 TUSCANIA (vt)

Tel 348 4798951

E-mail: barbarini.verastasi@gmail.com

Web compagnia Vera Stasi: <http://www.verastasi.com>

Web

Supercinema: <http://www.progettiperlascena.org>

Fk: <https://www.facebook.com/compagniaverastasi/>

