



SABATO 18 GENNAIO

ore 10.30 - 13 e 14.30 - 18

DOMENICA 19 GENNAIO

ore 10 - 13 e 14.30 - 17.30

CAMMINAMENTI

a cura di **Valentina Turrini e Nuvola Vandini**

Camminamenti è percorso di indagine sul movimento e il canto, a partire dall'analisi della sofisticata bio-meccanica che sottende entrambe le espressioni. Conoscere lo strumento che le rende possibili, i suoi limiti e potenzialità, ci consente di sviluppare maggiori possibilità espressive, pur preservando l'integrità del corpo. L'integrazione delle due espressioni offre uno strumento per comprendere l'uno e l'altro. Può il canto supportare la mia danza e viceversa?

La proposta di Nuvola si radica nell'archivio Axis Syllabus che riordina strumenti e informazioni sul corpo in movimento, al fine di offrire maggiore consapevolezza e la gioia nel danzare. Integrando diverse scienze: biomeccanica, fisica, antropologia, pedagogia. L'Axis Syllabus ha l'intento di osservare il movimento del corpo a partire dalla sua relazione con l'ambiente di cui è parte e carne. Cosa mi muove? Quali relazioni compongono il paesaggio interiore del corpo e il dialogo con i paesaggi esteriori?

Sequendo la ricerca del Metodo Lichtenberger® Valentina invita all'incontro con i canti della tradizione orale italiana e del mondo. Il Canto, spazio di poesia e di ribellione, rivelatore di segreti, ha tenuto in vita e tramandato saperi che abitano il corpo, il cuore e la mente. Che cosa accada quando il nostro corpo entra in contatto con il "corpo antico" di questi Canti?

DANZARE LA VOCE

*due seminari di
approfondimento su
vocalità e movimento*

costo per i partecipanti **120€**

sconto del 10% iscrivendosi entro il 30 dicembre

DOMENICA 16 FEBBRAIO
ore 10 - 13 e 15-18

IL CANTO DEL MATTINO

biodanza e voce

a cura di Francesca Provezza

*"La stella del mattino, il canto del mattino...
Come la luce che ti richiama e ti rischiarà,
così ogni mattina fai di te un tuo respiro e
del tuo volto un volto nuovo.*

Canta e Danza!!!

*Diventerai tu stesso canto che ti rinfresca,
voce che ti rinfranca, danza del tuo
respiro"*

Il laboratorio si sviluppa sulla danza e sulla voce, con sessioni di gruppo secondo il metodo Biodanza e il Lichtenberg Methode® per il canto e la voce.

Biodanza è un sistema di integrazione umana, rieducazione all'affettività e sviluppo dei potenziali. Ha come scopo il ristabilire un vincolo alla vita e alla vitalità. Adatto a tutti e ad ogni età, non richiede di saper danzare, ma di danzare secondo il proprio cuore e sentire.

Così è per il Canto: una voce che nasce dal centro del cuore e del respiro, per portare bellezza al mondo, esterno e interno.

Seguendo il Lichtenberg Methode®, si parte da un approccio fisiologico vocale per attraversare il suono nelle sue sfaccettature e accompagnare la voce verso un incontro delicato e profondo.

costo per i partecipanti **60€**
sconto del 10% iscrivendosi entro il 30 gennaio

Necessaria la tessera di Prima Materia (disponibile a partire da 10€).

Possibilità di pranzare in loco al costo di 10€ (vegetariano: antipasto + primo + bevuta + caffè) comunicandolo al momento della prenotazione.

Per la conferma dell'iscrizione è richiesto un acconto pari al 50% della quota.

I seminari saranno confermati se raggiungeranno un numero minimo di iscritti. In caso contrario l'acconto sarà rimborsato.

Info ed iscrizioni: info@primamateria.it

**PER MAGGIORI
INFORMAZIONI**



PRIMAMATERIA.IT

Associazione Prima Materia, via Poppiano 100,
Montespertoli (FI)

IBAN IT78 H086 7337 9800 2100 0211 632