



LABORATORIO 1

il gesto espressivo e le sue forme, primo livello

Recitare: le basi, le più semplici, di un gioco antico. moderno. Uguale a se stesso e mai una volta identico. I primi passi di un lungo cammino verso un sogno...

Il Laboratorio è rivolto a chi ha voglia di sperimentare il GIOCO DEL TEATRO attraverso il training fisico e di scoprire l'espressività del proprio corpo nello spazio e nel respiro.

Attraverso il corpo, le sue posture ed i suoi gesti, andremo a mettere in gioco parti creative di sé, a vivere forme diverse, con il piacere stimolante del gioco e dell'immaginazione, liberando il corpo e la mente da impacci e rigidità.

L'espressione corporea, ci offre i mezzi per conoscere ed arricchire le modalità corporee con cui ognuno si presenta nella quotidianità e si rapporta agli altri.

Durante l'anno sarà possibile frequentare **seminari tematici**, brevi approfondimenti a tema, la cui frequenza è facoltativa.

I seminari saranno anche l'occasione per lavorare tutti insieme, con gli allievi degli altri livelli e creare il gruppo che proseguirà il cammino nella seconda parte dell'anno: si avrà così la possibilità di sperimentare gruppi eterogenei, nei quali la condivisione di competenze ed esperienze diverse diventa parte integrante della formazione proposta.

Il percorso, dinamico e creativo, si concretizzerà nella realizzazione di uno spettacolo vero e proprio presso un teatro.

E' possibile scaricare il pdf del **Calendario delle lezioni e dei Seminari** dal nostro sito.

Consigli pratici

In generale consigliamo un abbigliamento comodo: preferibilmente tuta o simile (a tinta unita poco appariscente, possibilmente scura) e calze anti-scivolo o scarpe da ginnastica. Le lezioni si terranno in uno spazio munito di parquet: è possibile quindi per chi lo desidera, lavorare a piedi nudi. Le lezioni prevedono un intervallo di circa 15 minuti.

Consigliamo di portarsi acqua e un asciugamano.

Informazioni tecniche

giorno: lunedì
durata del corso: da ottobre a giugno
[da marzo a giugno: preparazione spettacolo]
n° partecipanti: min. 8 - max 20
orario: dalle 20.30 alle 23.30 circa
durata delle lezioni: 180 minuti circa
luogo delle lezioni: Tana di Messinscena - Largo Brugnatelli 13/7 Buccinasco (MI)