

**Sono aperte le iscrizioni alla  
SCUOLA DI FORMAZIONE PER L'ARTISTA CIRCENSE**

organizzati dalla

## **SCUOLA NAZIONALE DI TEATRO E ARTE CIRCENSE**

Via Napo Torriani 19  
20124 Milano  
02-66.987.971  
[www.teatrocirco.it](http://www.teatrocirco.it)

**ISCRIZIONI ENTRO IL 23 OTTOBRE**

**SCARICA IL FORM DI ADESIONE**

## **FORMAZIONE PER L'ARTISTA CIRCENSE**

**diploma di 2° livello**

---

**Durata e frequenza della scuola**

**Primo seminario: 22-23 novembre 2008**

**2° week 24-25 gennaio 2009**

**3° week 7-8 febbraio 2009**

**4° week-end 7-8 marzo 2009**

**5° week-end 4-5 aprile 2009**

**6° week-end 18-19 aprile 2009**

**7° week-end 29-30 maggio 2009**

**8° week-end 1-2 luglio 2009**

**9° week-end 21-22 novembre 2009**

Oraio 10-19 con pausa pranzo 1h e 30'

*\*\*Per coloro che lo desiderano, durante I week-end, è possibile alloggiare gratuitamente e dormire nella Scuola .*

### **argomenti trattati**

#### **a) Le discipline circensi**

- acrobalance
- acrobatica aerea
- pali di equilibrio
- funambolismo
- giocoleria classica e contemporanea (palline, clave, cerch i– bastone (tecniche dell'accademia di Pechino, del kalaripayattu,staff), principi di contact, e danza-giocoleria)
- ricerca sul clown

#### **b) creazione con l'aiuto degli insegnanti di un numero circense (con una o più discipline , o di clown )**

- 3 seminari verranno dedicati alla ricerca e alla creazione di un proprio numero professionale o semi-professionale con l' aiuto degli insegnati della scuola (ricerca – messinscena – regia - costruzione del personaggio - precisione tecnica - teatralizzazione)

#### **c) preparazione fisico-energetica e curativa dell'atleta**

- training fisico ed energetico per l'artista circense
- elementi di terapia del corpo atletico e circense

Verranno insegnate le tecniche in uso in Cina nella preparazione dei campioni olimpionici, che si giovano della *medicina cinese* :

- \* tecniche di potenziamento dell'apparato vestibolare e del sistema propriocettivo
- \*tecniche di automassaggio per potenziare i distretti corporei specifici di ciascuna disciplina (equilibrismo, acrobatica a terra, attrezzi aerei, giocoleria)
- \*allungamento e perfusione ematica della muscolatura con il *metodo integrato Bizzozero®*. (questo metodo si giova di una conoscenza medica e d artistica, approfondita nel corso di 30 anni dal dott. Bizzozero, che è stato clown funambolo, acrobata ed equilibrista, ed ha preparato e curato , oltre che se stesso , artisti del circo e della danza, e atleti del mondo dello sport.
- \* terapie specifiche per sovraccarico e traumi conseguenti alle discipline circensi

d) **Tecniche di volo circolare** con la struttura (unica in Europa)  
"Irdelle"® (vedi il sito e il video [www.teatrocirco.it](http://www.teatrocirco.it)) :

*questo nuovo attrezzo circense permette  
di eseguire l'acrobatica aerea nella quarta  
dimensione circense : il volo sul piano circolare.*

- **tecniche di volo circolare**

- volo con attrezzi classici : nel cerchio, al trapezio, e con tessuti
- volo d'uccello (imbracatura di sicurezza)
- volo nell'occhiello (cabrate, picchiate, jarret, planches, il gabbiano,

l'aquila)

- volo con cicogna ( il delfino, il pettirosso, l'allodola, l'airone, la croce, le dorsali)

- **concezione e uso della struttura di volo "Irdelle"®**

- **governo della rondine**

- all'albero ruotante : controllo velocità di rotazione, partenze e arrivi
- al cielo : altezza di rotazione, alzate e calate
- volo in contemporanea di due e tre rondini
- 

- **teleferiche** : discese in cicogna, e occhiello

- **scalate delle antenne** :con imbracature , con ganci, assistenza agli allievi

- **qigong** : tecniche di centratura e consapevolezza prima del volo e delle scalate, tecniche di attivazione energetica, elaborazione energetica del coraggio e della paura.

e) **Scenotecnica e scienza delle costruzioni :**

- principi della scienza delle costruzioni circense (strutture e attrezzi)
- uso in sicurezza di corde, funi, carrucole, moschettoni
- i nodi principali per : congiungere due corde, congiungere corda e oggetto, costruire attrezzi e imbracature.

---

**costi** : totale formazione €1350

1° RATA : entro il 22 novembre 2008 : € 500

2° RATA : entro il 7 febbraio 2009 : € 500

3° RATA : entro il 4 aprile 2009 : € 350

-----

**ISCRIZIONI ENTRO IL 23 OTTOBRE**

**SCUOLA NAZIONALE DI  
TEATRO E ARTE CIRCENSE**

Via Napo Torriani 19

20124 Milano 02-66.987.971

[www.teatrocirco.it](http://www.teatrocirco.it)

[scuola@teatrocirco.it](mailto:scuola@teatrocirco.it)