

## Elena FNAS

---

**Da:** "info FNAS" <info@fnas.org>  
**A:** "Elena FNAS" <presidenza@fnas.org>  
**Data invio:** mercoledì 21 ottobre 2009 14.11  
**Oggetto:** I: Partecipa con me a WORKSHOP " ESSERE IN AZIONE " TEATRO DANZA. 31 ottobre e 1 novembre - Docente: Natasha Czertok su Teatro e Comunità

[News: formazione](#)

---

**Da:** cora herrendorf [mailto:events@teatrocomunita.ning.com]  
**Inviato:** domenica 18 ottobre 2009 23.29  
**A:** info@fnas.org  
**Oggetto:** Partecipa con me a WORKSHOP " ESSERE IN AZIONE " TEATRO DANZA. 31 ottobre e 1 novembre - Docente: Natasha Czertok su Teatro e Comunità

## Teatro e Comunità



[cora herrendorf](#)

**cora herrendorf ti ha invitato all'evento 'WORKSHOP " ESSERE IN AZIONE " TEATRO DANZA. 31 ottobre e 1 novembre - Docente: Natasha Czertok' su Teatro e Comunità!**

---

Guarda "WORKSHOP " ESSERE IN AZIONE " TEATRO DANZA. 31 ottobre e 1 novembre - Docente: Natasha Czertok" su Teatro e Comunità

cora herrendorf



**Ora:** 31 Ottobre 2009 presso 10:00 a 1 Novembre 2009 presso 18:00  
**Luogo:** Teatro Julio Cortazar  
**Organizzato da:** Natasha Czertok (Scuola per Operatori Teatrali)

**Descrizione evento:**

ESSERE IN AZIONE

Docente: Natasha Czertok

"Quando la nostra azione proviene dal profondo della vida, è danza" (Dainin Katagiri, maestro Zen)

Il nostro corpo è il nostro linguaggio. Questo il pensiero alla vase di un percorso volto alla valorizzazione delle qualità espressive, sul senso del corpo, sul significato del movimento nei diversi livelli di interazione con lo spazio, partendo dal respiro per arrivare al movimento, al gesto, alla voce, al suono, al contatto, fino all'improvvisazione e alla composizione.

Il percorso si articola su alcuni principi di base, pensati come vie parallele e interdipendenti, contenitori dinamici ai quali attingere nelle diverse fasi del lavoro:

corpo-mente come sistema : percezione del flusso energetico, rilassamento, concentrazione, respirazione dinamica, allineamento, fluidità del movimento, coordinazione, centro di forza, resistenza. l'impulso motore primario: semplice esecuzione o reale plasmare e comporre il movimento?

con-tatto: sono davvero in contatto col mio corpo?  
 il ritmo guidato: dal respiro al movimento, dal movimento alla danza.  
 improvvisare: l'arte dell'immediatezza:  
 gli oggetti: rendere vita alla materia inanimata, deposito di memoria e anime;  
 la musica: tema(movimento) e variazioni (musica): come una stessa sequenza muta colore e significato cambiando il genere musicale;accompagnamento o dissociazione;  
 la composizione coreografica: il movimento e l'emotività, il movimento come idea, il movimento e la perdita di senso, movimento a colloquio:  
 inside-outside: il rapporto tra il proprio spazio interiore e l'esterno;  
 vuoto e silenzio: dall'azione alla contemplazione

orari:  
 sabato e domenica 10.00/18.00 (è prevista una pausa pranzo)

info  
 natasha.czertok@gmail.com  
 cell: 346 725 2415

**Vedi altri dettagli e RSVP su Teatro e Comunità:**

<http://teatrocomunita.ning.com/events/event/show?id=3789101%3AEvent%3A4667&xgi=2zxitoYoJs6zcX>

---

**Informazioni su Teatro e Comunità**

Teatro per la Trasformazione Sociale al servizio della crescita etica, creativa e solidale della comunità.



117 membri	36 video
342 fotografie	7 discussioni
105 brani	15 Eventi

---