



Il regista di Opera e Teatro, Attore e docente teatrale  
(STAGE DIRECTOR, DRAMATIC COACH & ACTING TEACHER)

## ***Giovanni Reali***

Offre il suo

### **Corso di Espressione Corporeale e Sensibilizzazione “PULSO E IMPULSO”**

Ogni persona, sia un artista o professionista di qualsiasi materia, ha, come unico strumento per svolgere il suo lavoro, le sue attività quotidiane e lavorative, il proprio corpo. Conoscerlo in tutti i suoi aspetti: l'aspetto fisico, emozionale, spirituale, si tradurrà in una maggiore espressività, la quale si ripercuoterà su una migliore comunicazione con chi lo circonda.

**PULSO E IMPULSO** è un corso totalmente pratico dedicato agli artisti di tutte le discipline: Attori, Ballerini Classici, Ballerini Contemporanei, Ballerini di Danza Sportiva, Musicisti, Strumentisti, Direttori d'Orchestra, Direttori di Coro, Cantanti Lirici, Cantanti Popolari, Gruppi Corali, o qualunque Artista che deve salire su un palcoscenico, e per tutti i professionisti vari che hanno bisogno o vogliono conoscere le sue potenzialità corporali, creative, visive ed emozionali.

Può svilupparsi per un gruppo di persone della stessa disciplina (esempio: Gruppo corale, Gruppo di ballo), per un gruppo di persone di diverse discipline, o individualmente (un Cantante lirico, una coppia di Danza Sportiva).

Ogni sessione di lavoro è strutturata nel modo seguente:

- Una prima parte, dove si svolgono esercizi fisici con l'obiettivo di migliorare la postura, acquisire flessibilità e plasticità, acquisire coscienza di come e perché usiamo il nostro corpo. Verranno altresì eseguiti esercizi di rilassamento e respirazione con l'obiettivo di entrare in sintonia con noi stessi.
- Una seconda parte, dove si svolgerà una dinamica di movimento stabilita con l'obiettivo di conseguire lo sviluppo di concentrazione e attenzione, l'osservazione, la sensibilità, etc.
- Una terza, dove si faranno dei giochi di movimento dove si useranno tutti gli elementi prima nominati. A un modello di movimento stabilito si aggiungeranno l'impulso, il pulso e il ritmo corporale, con l'improvvisazione, la creatività, l'immaginazione, l'azione (termine base per la recita), l'emozione e così via, per acquisire libertà nel movimento, spontaneità, perdere la paura scenica, ecc.

Tutte le attività si svolgeranno accompagnate dalla musica.

Certe attività potranno essere individuali, in coppia o in gruppo.

I partecipanti lavoreranno con abbigliamento comodo (tute, maglie, magliette) preferibilmente a piedi nudi o con calze.

### **LOGISTICA DEL CORSO:**

Il corso si svolgerà con cadenza settimanale **dal 3 Aprile al 29 Maggio**, ogni Mercoledì sera **dalle 19.00 alle 21.30**, per un totale di 8 incontri.

### **COSTO DEL CORSO:**

Per la partecipazione al corso è necessario essere soci dell'associazione.

**Tessera associativa annuale: €35**

**Costo del corso: €150**

### **MODALITA' DI PARTECIPAZIONE**

Per partecipare è necessario inviare la propria candidatura tramite e-mail ad [info@artesiasicilia.it](mailto:info@artesiasicilia.it) allegando una **lettera motivazionale** e specificando, se si hanno, le esperienze artistiche maturate.