

SpazioVivo



laboratorio di libera creazione coreografica

Questo lavoro nasce da una ricerca volta a coniugare diverse arti: pittura, musica, teatro, letteratura, in un'unica espressione, la danza, creando momenti che danno vita alla parte più profonda e vera di noi stessi.

Liberamente ispirato al celebre e rivoluzionario libro 'Lo spirituale nell'arte' di Vassily Kandinsky, **SpazioVivo** è un percorso di ricerca dei potenziali fisici e percettivi del corpo. Le differenti tecniche utilizzate quali lo Yoga Sensibile, la Danza dei 5 Ritmi e le diverse esercitazioni teatrali, ci permettono di liberare il corpo e sviluppare un'attenzione all'ascolto delle sensazioni, dalle più sottili a quelle più forti che si muovono in noi. I momenti dedicati alla libera creazione coreografica vengono ispirati dall'osservazione di diverse opere d'arte. La danza viene vissuta come mezzo attraverso il quale esprimere se stessi e la propria creatività in libertà.

Il nostro corpo è una vera Opera d'Arte, conoscerlo e sentirlo ci restituisce la magia della creazione e la pulsione per la vita. Danzare se stessi significa amarsi profondamente e donarsi agli altri per farsi conoscere.

Attraverso questo percorso:

- Si acquisiscono attenzione nell'ascolto del corpo e padronanza nel relazionarsi allo spazio e agli altri in modo libero e creativo.
- S'impara a riconoscere le emozioni e le sensazioni che si muovono nel corpo.
- Si permette alla creatività individuale di fluire mettendola a disposizione di un progetto comune e condivisibile.
- Si vive la magia di **essere creatori**.

Caterina Giomo

Sin da piccola studia danza classica e moderna. Prosegue poi la sua formazione nel campo del teatro e del teatro-danza con Corrado D'Elia, Corrado Accordino, Erica Giovannini, Irina Galli. Ha lavorato nella compagnia di teatro-danza Spirit Dance Download con la creazione degli spettacoli "Edremad" e "Madredea". Pratica Yoga sensibile® da 6 anni. Attualmente frequenta l'ultimo anno del corso di formazione tenuto da Carla Baruchello, ideatrice del metodo. Da molti anni si occupa di crescita personale sperimentando diversi metodi e tecniche come Reiki, Caccia all'anima, One Experience®, Costellazioni Sistemiche, Morfopsicologia, Grinberg Method®, 5Rhythms®. E' diplomata in flauto traverso presso l'Istituto Superiore di Studi Musicali di Terni e laureata in Scenografia presso l'Accademia di Belle Arti di Brera di Milano.

Frequenza lezioni: Ogni mercoledì dalle 20,15 alle 22,00 – Inizio lezioni 7 Marzo 2014

Per informazioni e prenotazioni scrivere a: caterina.giomo@gmail.com oppure chiamare Caterina al: +393480463687

Presso: Associazione Puya Via dei Piceni, 27 – Roma

Costo: 15 euro a singola lezione, carnet da 130 euro per 10 lezioni

METODI DI LAVORO UTILIZZATI: Yoga sensibile® www.yogasensibile.com, 5rhythms® <http://www.5rhythms.com>, esercitazioni teatrali