



## Workshop di Contact Improvisation, Improvvisazione e Composizione con M

Workshop di Contact Improvisation,  
Improvvisazione e Composizione con Marco

Ubaldi 26/27 Giugno 2021 **DOMANDA AL CORPO** Uno degli obiettivi principali è quello di correlare non solo un esercizio fisico ma anche un esercizio di ascolto interiore e dell' ambiente.

La pratica sottolineerà l' importanza del gioco, della differenziazione delle dinamiche, intenzione e proiezione del movimento, capacità personali di azione, presenza e percezione di tutto lo spazio. Se il corpo è una macchina biologica è ancora vivo in lui l' aspetto selvatico? Come risvegliare questo aspetto per ricontattare animalità, presenza e prontezza efficace alla danza? Percorreremo diverse strade per costruire le fondamenta per improvvisare con uno o più partner in modo sicuro e libero. Lavoreremo con la visione e lo spazio, con la pelle e il contatto con gli elementi dell'ambiente, con la compressione e l' allungamento. Pratteremo le abilità del rotolare, gattonare, dell' arrivare in piedi, camminare e cadere per rinfrescare la memoria originale delle tappe evolutive della natura del corpo ed andare a fondo nella connessione tra le parti attraverso i suoi riflessi di base, supportando peso e guidando le forze attraverso il centro. Lavoreremo direttamente con il movimento, con la nostra attenzione nel momento della danza, per vedere quello che può succedere. In questo lavoro l' interesse è d

[Descrizione completa su www.tumit.it/evento.php?idEvento=23157](http://www.tumit.it/evento.php?idEvento=23157)

[Presso CosìArte Lungomare Lutazio Catulo, 14, Ostia, Roma, Italia](#)

Dal 26.06.2021 ore 14:00

Al 27.06.2021 ore 17:30

Sito web <https://www.facebook.com/events/378016796963910>

E-mail [cosiarte@libero.it](mailto:cosiarte@libero.it)

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