



## Calendario 22 – 24 maggio

---

Venerdì 22 maggio:

- 18.00 - 20.30 Seminario  
21.00 Presentazione in sala di aira / cirt : *Avvåkum* (anche ospiti esterni)

Sabato 23 Maggio:

- 11.00 - 13.00 / 14.00 - 16.00 Seminario  
16.15 Presentazione in sala di aira / cirt : *Avvåkum* (anche ospiti esterni)  
19.00 Presentazione in sala di ALPit: *studio su Joyce* (anche ospiti esterni)

Domenica 24 Maggio:

- 11.00 - 13.00 / 14.00 - 18.00 Seminario  
18.00 - 18.30 Piccola presentazione di esercizi performativi  
18.30 - 19.30 Piccolo rinfresco e scambio aperto

*I partecipanti del seminario sono invitati a partecipare all'intero programma di eventi.*

# Ciclo di Seminari formativi teatrali

Quattro sessioni da Marzo a Giugno 2009

Diretto da Mario Ruggeri  
( [www.teacirt.it](http://www.teacirt.it) / [www.tarf.info](http://www.tarf.info) )

*Mario Ruggeri ha studiato alla scuola Civica di arte drammatica Paolo Grassi di Milano, con Gabriele Vacis. Ha lavorato tra gli altri con: Gabriele Calindri, Ludvic Flaszen, Abani Biswas, Raul laiza, Ang Gey Pin, Nhandan Chirco, Riccardo Brunetti. Nel 2001 fonda il C.I.R.T.*

Date:

Temi di lavoro:

- |                         |                   |
|-------------------------|-------------------|
| 1. Dal 24 al 26 Aprile: | Lo spazio         |
| 2. Dal 22 al 24 Maggio: | Il Ritmo          |
| 3. Dal 5 al 7 Giugno:   | La voce           |
| 4. Dal 19 al 21 Giugno: | L'improvvisazione |

In queste quattro sessioni riprenderemo ogni volta Il lavoro fisico, vocale e l'improvvisazione teatrale ma ogni sessione avrà un tema specifico.

Orari:

- Venerdì: 18,00 - 22.00
- Sabato: 11.00 - 13.00 / 14.00 - 16.00
- Domenica: 11.00 - 13.00 / 14.00 - 18.00



Costi: **Una Sessione qualsiasi: 50 €\***

**\*Per chi desidera un percorso completo il costo di Quattro sessioni è di 100 €**

**Luogo: Milano, via Watteau 7 presso Leoncavallo S.P.A. Spazio Pubblico  
Autogestito (zona Greco).**

## Esercizi per il ciclo di seminari:

### Ritmica:

- Si tratta di esercizi in movimento che combinano diversi ritmi, vengono eseguiti in gruppo e possono creare una vera e propria coreografia. Il loro scopo è una maggiore relazione tra la presenza dell'individuo attore e la sua consapevolezza del ritmo attraverso una divisione dell'attenzione data alle diverse parti di corpo, è anche un esercizio che propone alla mente una presenza vigile ma rispettosa del lavoro del corpo che deve essere libero di agire in una stretta griglia di movimento poliritmico.

### Bilanciamento dello spazio:

- E' un lavoro dinamico nello spazio che richiama il corpo e la mente ad un certo stato di attenzione. Il gruppo deve seguire con precisione il ritmo di movimento del leader nelle sue più piccole variazioni e allo stesso tempo mantenere occupato armonicamente tutto lo spazio. Questa è la base di partenza. Lo scopo di questo lavoro è sia di allungare i tempi di attenzione del partecipante rispetto al livello abituale che di "accordare" la propria attenzione in ogni istante, renderla fluttuante.

### Il Tappeto *sonoro*; Trama, ordito, Colore.

- Si lavora in gruppo sui tre elementi che compongono la grammatica sonora. Il ritmo, il tono e la dinamica ( volume). Il lavoro è in sostanza un processo di composizione, gli elementi vengono presi separatamente, passo dopo passo, fino ad arrivare a un tappeto sonoro che li include tutti e tre e che apre lo spazio a canti, testi e azioni. E' un lavoro che consente di avvicinare da un punto molto preciso il lavoro di relazione tra suono e azione.

### Improvvisazione libera, Memoria, Precisione:

- Il lavoro di improvvisazione è in tre fasi. La prima è di fare un'improvvisazione libera che è come la carta di identità del gruppo in quel momento. La seconda è di riprenderla o farne una nuova e di fermarla dopo 30 secondi o di più, ripeterla andando un poco avanti, fermarsi dopo un altro poco e riprendere dall'inizio e così fino a creare una struttura primitiva di improvvisazione che viene fissata così come è. Nella terza fase viene chiesto ai partecipanti di sentire e vedere bene rispetto a ciò che succede intorno mentre agiscono e di dettagliare maggiormente le proprie azioni. Qui non ha nessuna importanza l'aspetto estetico, lo scopo di questo lavoro è di *fare* in una condizione di osservazione, tracciando un ponte tra il prima e il dopo, sollecitando l'atto di *fare memoria*.

### Testo narrato:

- Il partecipante ascolta la lettura di un testo cercando di distinguere la descrizione delle azioni del personaggio da tutto il resto ( descrizione del contesto, riflessioni, considerazioni). Contemporaneamente esegue piccoli spostamenti nello spazio che lo aiutano a seguire fisicamente ciò che accade, non si tratta di fare movimenti a caso né di fare le azioni vere e proprie, semmai delle azioni in germe. Quello che cerchiamo con questo esercizio è che il partecipante tenda verso una serie di piccole azioni che vanno a formare brandelli del racconto. Così facendo il partecipante cerca una memoria fisica del testo.

**Composizione:**

- Un tempo è dedicato a comporre tra loro gli esercizi creando un terreno comune che non ha il carattere dello spettacolo ma dà al gruppo un senso compiuto del lavoro svolto. Così possiamo avere un filo comune dato dal tappeto sonoro o dall'improvvisazione strutturata, all'interno del quale si tessono frammenti degli esercizi ritmici/coreografici, dei canti apparsi durante il tappeto sonoro, o dell'altro materiale sviluppato.

Il bilanciamento dello spazio non crea materiale performativo ma favorisce una buona attitudine a distribuirsi nello spazio con armonicità nonché una maggiore sensibilità rispetto alla propria postura. Tutti questi diversi esercizi possono essere fatti a livelli differenti di difficoltà e possono essere praticati da una fascia di persone piuttosto ampia.

---

**Per iscrizioni e informazioni:**

A.I.R.A. Associazione Indipendente Ricerca Artistica

Mario: **02-39324409** o **338 -1473590**

**Andrea:392 – 1005208**

**Lesley:349 - 7008843**

[perfaira@yahoo.it](mailto:perfaira@yahoo.it)

