



DALCROZE

Associazione Italiana
Jaques-Dalcroze

SEMINARIO - 28/29 MARZO 2020 - ROMA

Ente di formazione accreditato dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università e delle Ricerca (MIUR) direttiva n°170/2016

EUTONIA

**Dal gesto cosciente
all'interpretazione
musicale**

**Docente
Ursula Stuber**

DESTINATARI

Allievi dei corsi di Formazione,
musicisti, performers

LUOGO

Sede UPTER via IV Novembre, 157
00187 ROMA (RM)

ORARI

Sabato: 13.30 - 19.30
Domenica: 9.00 - 13.00 / 14.00 - 16.00

COSTI

€ 138,00 + € 25 di iscrizione all'AIJD
se dovuta

SCADENZA ISCRIZIONI

18 marzo 2020

INFORMAZIONI

email isadalessandro@gmail.com

MODALITA' DI ISCRIZIONE E PAGAMENTO (i moduli sono scaricabili dal sito)

Scaricare e compilare il modulo adesione
soci AIJD e inviarlo a Isa D'Alessandro
indirizzo mail: isadalessandro@gmail.com

Versare € 50,00 tramite bonifico IBAN:
IT69K0200805017000105585790 intestato
all'Associazione Italiana Jaques-Dalcroze
indicando come causale "seminario
Dalcroze n° 546", e inviare copia del
versamento a Isa D'Alessandro all'indirizzo
mail: isadalessandro@gmail.com
indicando nome, cognome, professione e
recapito telefonico

Entro il 18 marzo 2020 effettuare il saldo di
€88,00 (+ l'iscrizione all'AIJD se dovuta) e
inviare copia all'indirizzo mail
isadalessandro@gmail.com

In caso di annullamento del seminario da
parte dell'AIJD l'acconto sarà restituito per
intero. In caso di rinuncia da parte dei
partecipanti l'acconto rimarrà all'AIJD

PRESENTAZIONE

L'interpretazione strumentale e vocale esigono delle abilità psicomotorie precise e una cinestesia ben sviluppata. In effetti, la postura, il tono e la respirazione sono determinanti per la qualità dell'esecuzione. Tuttavia, le ricerche in medicina delle arti indicano un importante tasso di dolori e di disordini muscolo-scheletrici (TMS) fra i musicisti. L'esperienza ci insegna che i dolori, il disagio e la stanchezza distruggono l'interprete dai contenuti musicali: non solo il corpo del musicista è in sofferenza, ma la qualità sonora e musicale lo sono altrettanto! Quali sono le caratteristiche di una "buona postura"?

Quali sono i principi di base da osservare per coltivare delle attitudini sane ed ergonomiche? Come sviluppare una gestualità fluida che permetta la sensibilità e la precisione richiesta nell'interpretazione?

L'Eutonia, una pedagogia di movimento destinata alle arti della scena, è stata elaborata in Danimarca da Gerda Alexander (1908-1994).

L'Eutonia (dal greco Eu=buono, e Tonos= tono: ricerca di un buon tono muscolare per tutte le azioni) è volta a ripristinare e preservare l'equilibrio fra tensione e distensione, permettendo efficacia ed espressività nel movimento.

Basandoci sulle conoscenze attuali in neurofisiologia e nelle scienze della salute, esploreremo:

l'equilibrio posturale dinamico applicabile al canto o allo strumento;
la respirazione e il suo rapporto con la postura;
il rapporto tattile dell'interprete con il suo strumento;
tecniche di innervazione gestuale periferica;
il contatto con il suolo, con lo strumento e con il pubblico.

NOTA:

portate i vostri strumenti, affinché possiamo provare l'effetto delle tecniche in una situazione reale;
portate una coperta di lana per il lavoro di coscienza corporea che svolgeremo a terra e vestirvi in modo comodo e tanto da non sentire freddo; il lavoro avviene senza scarpe.

URSULA STUBER

Eutonista, psicomotricista e musicista (Diploma in Eutonia Gerda Alexander®, Scuola svizzera di Eutonia Gerda Alexander, 1977; Diploma in Riabilitazione psicomotoria, Istituto J. Dalcroze, Ginevra, 1970; Licenza in Ritmica Jaques-Dalcroze, J. Dalcroze Institute, Ginevra, 1968).

Già professore ordinario presso la Facoltà di musica della Laval University - Quebec, Ursula Stuber prosegue le sue attività professionali nell'ambito di una pensione attiva. Il suo campo di competenza comprende l'educazione sensorimotoria, gestuale e posturale del musicista, in rapporto all'ergonomia così come alla prevenzione dei disturbi muscolo-scheletrici.

Autrice principale del volume "Accordare il corpo alla musica", ha al suo attivo numerosi soggiorni di studio e di ricerca in medicina artistica (Australia, Germania, Canada, Spagna, Francia) e ha arricchito la sua conoscenza del corpo umano attraverso corsi di Feldenkrais, Tecnica Alexander e Rolfing (California).

Per diversi anni ha guidato il programma di formazione professionale in eutonia G. Alexander.

Ursula Stuber presenta regolarmente comunicazioni a congressi e conferenze internazionali in Nord America ed Europa.



CARTA
del DOCENTE

SPENDI QUI IL TUO BUONO

Per il pagamento di questo corso può essere utilizzata la Carta del Docente.

L'Associazione Italiana Jaques-Dalcroze è registrata sul sito "Carta del Docente" tra gli enti fisici che offrono formazione e aggiornamento.

Il docente può generare un buono pari al costo del corso (o solo per una parte del costo) ed inviarlo a Isa D'Alessandro email: isadalessandro@gmail.com

Nel buono non deve essere inclusa la quota associativa all'AIJD di € 25 che deve essere pagata con bonifico.