

Mohini Laura Di Tullio e Roberta Galasso
conducono:

SCOPRENDO-SE

Laboratorio di Hara Yoga e Teatro

Uno spazio, la natura, il sole la luna la notte e il fuoco....

Come una musica questi elementi si uniscono in armonia fra loro creando la magia del teatro. In questo sfondo scenografico, la pratica hara yoga l'attività teatrale e il rituale, s'incontrano, proponendo un lavoro di ricerca e sperimentazione su se stessi in relazione con l'ambiente esterno e con l'energia del gruppo.

Verrà proposto un percorso suddiviso in due momenti principali della giornata.

La mattina sarà dedicata alla preparazione mente-corpo attraverso pratica hara yoga e nel pomeriggio si entrerà nella rappresentazione teatrale.

A seguire la sera si creeranno dei momenti di incontro-confronto con chi desidererà partecipare.

La pratica hara yoga, consisterà di tecniche dinamiche (wasa), posture fisiche (Asana), tecniche di controllo volontario del respiro (pranayama) e di purificazione (Dahuti) per giungere a fortificare l'hara (il nostro centro vitale), svegliare i sensi entrare in ascolto con noi stessi per trasformare le tensioni fisiche.

Così l'energia fisica potrà fluire libera e armonica attraverso noi stessi ed in relazione con gli altri.

L'attività teatrale comprenderà: lavoro di training fisico/vocale (tecniche e metodo voice craft), atleticità, ascolto, percezioni e sensazioni, relazione con lo spazio, con l'oggetto, con il gruppo il partner di scena, improvvisazione teatrale, lavoro di scrittura creativa.

Attraverso la memoria del ricordo si creerà un monologo personale che ci permetterà di entrare nella sfera emotiva.

Giorni: dal 12 al 18 luglio 2009 arrivo previsto in loco entro le 18 del giorno 12 e partenza entro le 13 del 18 luglio.

Orari: dalle 9 alle 12:30
dalle 15:30 alle 19.

Costi: Euro 500,00 vitto e alloggio inclusi.

Luogo: Teatro del Montevaso, sp del montevaso km 18 56304 chianni (pisa)

Materiale da portare: coperta, specchio, olio da massaggio, strumenti musicali e oggettistica che può essere adattata al vostro lavoro sul monologo personale.

Letture consigliate:

"Il lavoro dell'attore su se stesso" Kostantin S. Stanislavsky,

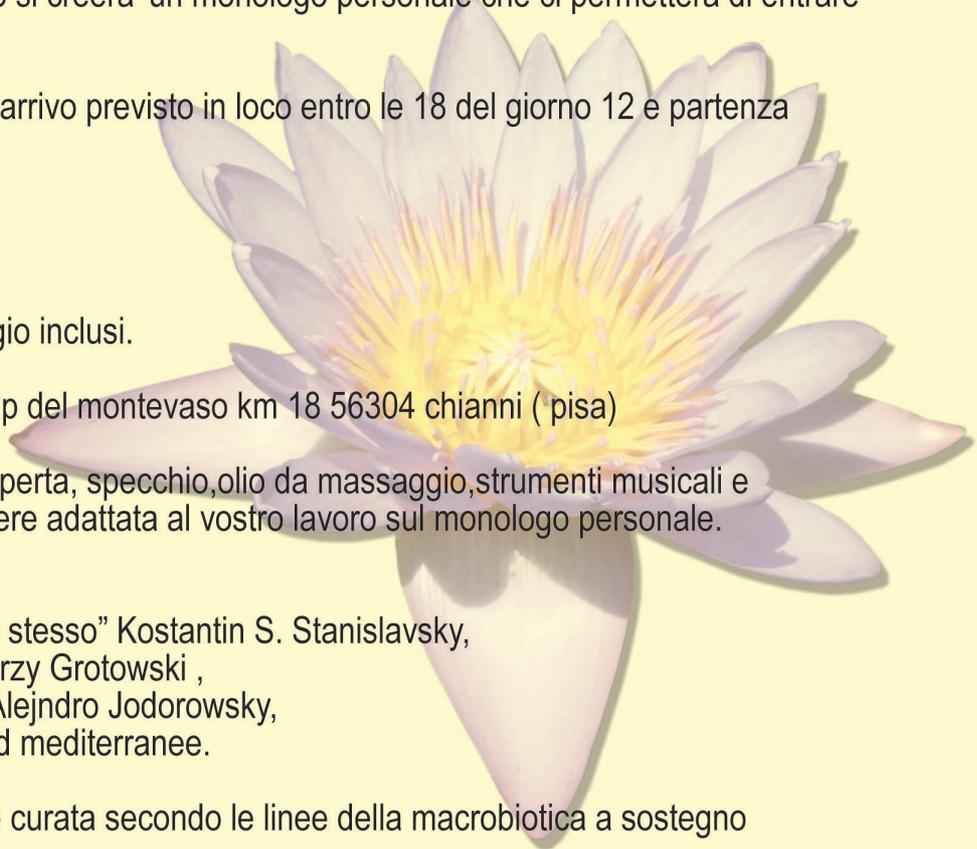
"Per un teatro povero" Jerzy Grotowski,

"La danza della realtà" Alejandro Jodorowsky,

"Hara-K." Von Durkeim ed mediterranee.

Alimentazione: sarà seguita e curata secondo le linee della macrobiotica a sostegno del lavoro svolto.

Cuoco: Andrea Santilli.



Il seminario è rivolto a tutti coloro che hanno avuto almeno un'esperienza teatrale o che praticino hara yoga.

Mohini Laura Di Tullio:

Intraprende lo studio della espressività corporea attraverso la danza, la clownerie e l'esperienza teatrale. Lavora come danzatrice a eventi e spettacoli ed insegna presso scuole di Milano e dintorni e presso il carcere Beccarla.

Successivamente apprende le tecniche di Pilates e Dainami e le insegna presso studi e palestre di Milano. Partecipa a installazioni teatrali.

Attualmente lavora in qualità di fisioterapista al C.T.O di Milano ed insegna hara yoga presso il Dojo Sheegana.

Dal 2001 segue il percorso di psicosciamanesimo e lettura dell'albero genealogico con Cristobal Jodorowsky.

Roberta Galasso:

Attrice ballerina e cantante professionista, si forma presso la scuola di teatro quelli di grock di Milano, dove attualmente insegna teatro ed è attrice negli spettacoli "caos" e "mappamondi". Inizia la sua carriera giovanissima lavorando in televisione e con compagnie e di operetta (Roberto Brivio) e teatrali.

L'interesse per le espressioni di linguaggio corporeo gestualità teatro danza, vocalità la portano ad approfondire i suoi studi all'estero (Francia e Olanda) e a fare seminari con: Danio Manfredini, Abbondanza e Bertoni, Giorgio Rossi, Frey Faust, Mamadou Dioume', Claudio Orlandini, Marco Baliani, Loretta Martinez, Rechel Gould, Elisa Turla.

Lavora come attrice in produzioni quali: "gli innamorati" di Goldoni regia di Maurizio Salvalaio, nel ruolo di Eugenia, Caos regia di Claudio Intropido, "tutte le donne di bob" musical inedito con la regia di Romy Padovano, Mappamondi regia di Susanna Baccari, "La Bisbetica Domata" regia di Silvano Ilardo, "sogno di una notte di mezza estate" regia di Silvano Ilardo.

Collabora a vari eventi e convention come attrice ballerina e cantante.

Da anni si dedica all'insegnamento e alla formazione, lavorando in scuole come: Quelli di grock, di Milano, B&D di Giussano, Hana WA di Arese, Associazione Sponte di Seregno.

Si occupa di coreografie e regie per eventi e degli allestimenti dei corsi di teatro di fine anno.

Dal 2008 segue il percorso di psicosciamanesimo, lettura dei tarocchi, lettura dell'albero genealogico, con Cristobal Jodorowsky.

Nell'estate del 2008 parte per il Venezuela dove ha la possibilità di entrare in contatto con la cultura dei rituali psicosciamanici del posto approfondendo il suo percorso, che da anni è dedicato alla ricerca.

Per informazioni o iscrizioni
scrivere a :

robertaella@yahoo.it
lauraditullio@libero.it

