IperBoscoLab

"La natura della nostra bellezza è nella bellezza della nostra natura"



C.I.F.R.A. Danzateatro presenta, all'interno del progetto *IperBosco*:

Nature a confronto

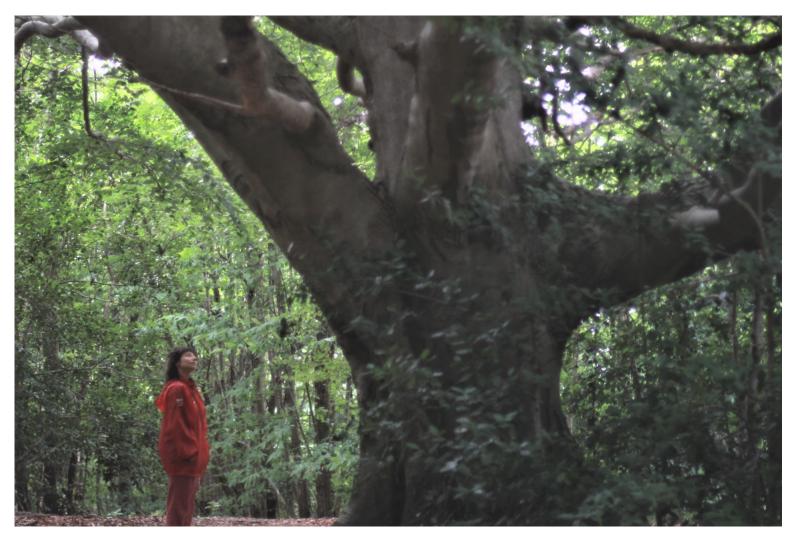
Laboratori in natura per adulti e bambini Un dialogo fra la Natura
Terrestre e la Natura Umana, un
percorso nel quale scoprire chi
siamo, incontrando la natura
che ci circonda e dialogando
con essa.

L'uomo è visto, in alcune culture indigene americane, come un albero viaggiante, ovvero il ponte che collega l'elemento terra al cielo, il ponte di passaggio dal piano terrestre a quello spirituale.

All'interno del contesto Bosco, l'elemento centrale è l'albero: maestro di verticalità, radicamento e di apertura al cielo. Non a caso anche nell'essere umano sono presenti terminologie come "albero vertebrale" per indicare la colonna vertebrale e "pianta del piede"; e moltissime altre analogie che ricordano questo profondo legame - un esempio su tutti la forma ad albero delle ramificazioni dei bronchi fino agli alveoli polmonari.

Riscoprire le proprie radici, percepire la terra che ci porta, aprirsi alla verticalità dell'essere, far fiorire le proprie potenzialità e raccogliere i frutti del proprio percorso, sono alcuni aspetti/temi del seminario lperboscoLab.





Un percorso consapevole accompagnato da momenti di ascolto percettivo, stimolazioni sensoriali e pratiche corporee dove l'esplorazione e l'esperienza diretta a contatto con la natura sono il fulcro del lavoro (adattato, a seconda delle esigenze, ad un pubblico adulto o rivolto ai bambini).

Temi e Pratiche del seminario

- Risveglio ed apertura della sensorialità corporea e dell'ascolto
- Apro, oriento e porto il mio essere nello spazio
- Nascita, crescita e sviluppo del proprio movimento "ecologico" e "funzionale"
- Radicamento
- La verticalità

- Piedi, anatomia e consapevolezza del passo, la camminata
- Giochi e pratiche di esplorazione in natura
- Momenti esperienziali singoli e di gruppo
- Scoperta della propria voce e delle voci della natura

Specifiche necessarie: scarpe e vestiti comodi, anche da sporcare.

cifradanzateatro@gmail.com Referente Laboratori: Riccardo 3382341132

