

UN PASSO OLTRE IL LIMITE Laboratorio di filo teso

Con Andrea Loreni
Funambolo, formatore e praticante la meditazione Zen

Video GRACEFULNESS

Andrea Loreni trasforma tutto quello che accade sul cavo in materia di dialogo, formazione, riflessione, condivisione.

Il training psico-fisico necessario ad affrontare il cavo sospeso sul vuoto è molto intenso e diventa un terreno di esplorazione e approfondimento su temi esistenziali, personali e universali.

Il costante misurarsi con la paura e con la tensione corporea che la paura produce, la concentrazione e il controllo mentale insieme ad una fiducia totale nell'intelligenza del corpo, hanno portato Andrea a sviluppare delle strategie di contenimento della paura e di massima resa nella performance fisica e artistica.

La pratica della meditazione zen e la ricerca di un equilibrio psico-fisico sono diventati nel tempo strumenti di una più ampia riflessione su come usare l'energia del corpo e della mente, nei diversi ambiti della vita e anche della dimensione professionale.

Nel condividere la sua esperienza unica di performer, artista ed essere umano impegnato in un percorso di ricerca della verità, Andrea Loreni ha affinato doti divulgative e didattiche, che mettono in circolo i risultati della sua sperimentazione, a beneficio di quanti vogliono confrontarsi sui propri limiti, su quello che per ciascuno è l'equivalente del "cavo", la situazione di massima incertezza, che implica il terrore del vuoto, del rischio, del fallimento.

Destinatari:

Il laboratorio è dedicato a chi è alla ricerca di un lavoro approfondito sulla gestione del disequilibrio e sull'accoglienza dell'equilibrio, attraverso



www.festivalmosto.com

   festivalmosto

Festival di narrazione

5.6.7
SETTEMBRE

l'apprendimento di tecniche specifiche della camminata sul cavo teso. Performer, sportivi, ricercatori, chiunque sia interessato alla consapevolezza del gesto potrà trovare in questo laboratorio un mezzo approfondire la conoscenza dei propri meccanismi di adattamento e reazione, per ottimizzare il gesto, renderlo più fluido, radicato ed efficace.

Percorso didattico:

Sarà un lavoro alla riscoperta del corpo e dell'essere verticali, per vivere appieno sia il disequilibrio che l'equilibrio nel loro aspetto psicofisico. Dopo una prima parte di discesa nelle sensazioni corporee si utilizzerà la consapevolezza acquisita dall'ascolto per (ri)apprendere al meglio le posizioni base dell'equilibrio sul cavo fino ad arrivare alla camminata sul cavo. Un corpo gentile e aggraziato permette di essere efficaci anche nel disequilibrio e di poter approfondire il lavoro sulle specifiche difficoltà. Si potrà quindi affrontare un lavoro su specifici tricks avanzati come la giravolta, i salti, la corsa, e alcuni equilibri non convenzionali; oppure semplicemente fare un passo oltre i propri limiti attuali.

Short Bio:

Andrea Loreni, funambolo e filosofo, da dodici anni si dedica alla ricerca della verità artistica camminando su cavi a grandi altezze. L'intuizione dell'assoluto avuta sul cavo lo spinge ad approfondire la meditazione zen al tempio Sogen-ji ad Okayama in Giappone, dove nell'agosto di questo anno, 2017, viene ospitato con una sua camminata. Funambolo per il tour LIVEKOMM'011 di Vasco Rossi, ha camminato nei cieli di Roma, Firenze, Torino, Modigliani, Haifa, Okayama, Belgrado, Locarno, Bologna. Funambolo per il film di Matteo Garrone "Il racconto dei racconti", ospite tv per Superquark, Vertigo, Persone, e protagonista del video musicale "Solo un uomo" di Niccolò Fabi.

Data: 7 settembre 2019

Luogo: Podere Dal Nespoli, Nespoli, FC

Ore: 7 ore, 10-13; 14-18

Costo: 100 euro



www.festivalmosto.com

   festivalmosto

Festival di narrazione

5.6.7
SETTEMBRE