

Settimana del TRAINING PSICO-FISICO del MUSICISTA

Napoli, 7 – 17 Aprile 2011

Centro Italiano di musica da Camera - Palazzo Carafa di Maddaloni

8,9,10 Aprile **Corso di Psicofisiologia dell'esecuzione musicale**

Docente: Federica Righini

Il corso, aperto a tutti gli strumentisti, ai cantanti, ai direttori e ai jazzisti

Nata nel 2004 come progetto per i Corsi Accademici di secondo livello nei Conservatori italiani, la Psicofisiologia dell'esecuzione musicale, ideata da Federica Righini e Riccardo Zadra, si pone i seguenti obiettivi:

- Gestire le emozioni correlate alla performance musicale e aumentare la propria sicurezza nell'esibizione pubblica
- Rendere più efficace il proprio metodo di studio in termini di qualità e tempo
- Riconoscere gli atteggiamenti e le convinzioni che interferiscono con il pieno utilizzo delle risorse personali e imparare a ristrutturarle
- Imparare a formulare e a perseguire obiettivi in modo efficace.
- Attivare e potenziare i processi creativi e intuitivi inconsci.

Strumenti utilizzati

Programmazione Neuro-linguistica, esercizi di auto-percezione fisica tratti da diverse metodologie (Bioenergetica, Feldenkrais, Neurospeak, Tecniche di respirazione naturale)

15,16,17 Aprile **Corso di Fisiologia e Tecnica pianistica**

Docente: Dario Candela

Nato come corso propedeutico per gli allievi di pianoforte di Primo livello il corso si pone come obiettivo l'analisi e la conoscenza del proprio corpo durante l'attività esecutiva:

- Conoscere e gestire correttamente le proprie potenzialità corporee
- Capacità di risolvere gli stati di contrazione durante lo studio e l'esecuzione
- Sviluppare una sana interazione tra corpo e strumento
- Individuare la tecnica appropriata per ogni ostacolo nella scrittura pianistica
- Funzionalizzare la tecnica alla musica usandola come strumento per l'interpretazione delle composizioni.

Altri Appuntamenti:

7 Aprile ore 20.30

Concerto della pianista Federica Righini. Musiche di W.A. Mozart, R. Schumann

10 Aprile ore 18.30

Tavola Rotonda. Esperti e specialisti a confronto sul tema: Salute e Musica

Presentazione del volume *Il corpo e il suono*, autore Dario Candela

Per informazioni e iscrizioni: centroitalianomusicadacamera@gmail.com tel. 0815513691

Quote e orari:

Corso di psicofisiologia dell'esecuzione musicale. Docente Federica Righini

Durata del corso 3 giorni per un totale di 20 ore di corso: ore 10-13 e 16-20

Quota individuale: 120 euro comprensivi di iscrizione

(numero minimo di partecipanti: 10, Numero massimo: 20)

Corso di fisiologia e tecnica pianistica. Docente Dario Candela

Durata del corso 3 giorni per un totale di 18 ore di corso: ore 10-13 e 16-19

Quota individuale: 120 euro comprensivi di iscrizione

(numero minimo di partecipanti: 10, Numero massimo: 20)

PER CHI DESIDERA FREQUENTARE I DUE CORSI IL COSTO TOTALE È DI 190 euro