

	<b>Elisa Marchetti</b>	<b>Angelica Pianegonda</b>
<b>Venerdì 26</b>		
14:00 - 16:00	"Cosa trasmetto sul palcoscenico?" Postura, respirazione (1° parte), psicologia e comunicazione non verbale	
16:00 - 16:15	<b>PAUSA</b>	
16:15 - 18:00		Principi del Metodo Feldenkrais
<b>Sabato 27</b>		
09:30 - 10:30		Yoga come strumento di consapevolezza
10:30 - 10:45	<b>PAUSA</b>	
10:45 - 13:00	Respirazione (2° parte), musica e strumenti	
13:00 - 15:00	<b>PRANZO</b>	
15:00 - 15:45	Respirazione: esercizi in ensemble (con strumenti)	
15:45 - 16:00	<b>PAUSA</b>	
16:00 - 16:30		Humming - con metodologia Kodaly
16:30 - 18:00		Dai principi del Metodo Feldenkrais all'improvvisazione collettiva (con strumenti)
<b>Domenica 28</b>		
09:00 - 09:30	Risveglio mattutino: esercizi Yoga e respirazione	
9:30 - 10:30	Respirazione, Yoga e Metodo Feldenkrais nella pratica strumentale	
10:30 - 10:45	<b>PAUSA</b>	
10:45 - 13:00	Ensemble	

Al termine, consegna degli attestati ai corsisti e saluti finali