

13° Post Training
METODO FELDENKRAIS®
con
Beatriz WALTERSPIEL
e
Olena NITEFOR



SALTARE da ADULTI.
LASCIARE IL TERRENO CON LEGGEREZZA
E ATTERREARE MORBIDAMENTE.

FIRENZE, Mer. 10 - Dom. 14 Ottobre 2018

Saltare è una delle funzioni che utilizza tutte le tappe dello sviluppo motorio del bambino. Saltare, pur essendo all'apparenza qualcosa di unicamente gioioso e giocoso, è di fatto una delle funzioni che, dalla prospettiva della sopravvivenza, è estremamente importante.

Per alcuni adulti, e molto spesso per i bambini, saltare è una espressione della leggerezza e della gioia di vivere. Ad una particolare età, i bambini cercano situazioni che consente loro di saltare e di fare dei saltelli per superare degli ostacoli. I bambini inventano e si impegnano in giochi di salto (salto della corda, gioco della campana) e trovano tutte le varie possibilità che sono a disposizione all'aria aperta nella natura. Ma per alcune persone, e anche per alcuni bambini, saltare non si è mai sviluppato in modo idoneo e continua a costituire una sfida complessa, a volte collegata con la paura o anche con un danno precedente.

Per dirla in modo semplice, saltare consiste nel lasciare il suolo e atterrare, in sicurezza, su di una superficie. Ciò non vuol dire semplicemente ricadere giù cedendo alla gravità. Al contrario, saltare o saltellare costituisce un dialogo con la gravità, una interazione dove si può sperimentare la leggerezza e la qualità di molleggiamento e di ammortizzamento dell'impatto. Saltare e saltellare potrebbe essere la porta d'accesso all'espressione della gioia di vivere, per cui letteralmente "si salta" o "si danza" nell'età adulta.

Quali sono gli ingredienti di questa funzione? Possiamo individuare e apprendere dalla comprensione di come gli elementi necessari al saltare vengono preparati nel corso dello sviluppo motorio del bambino? Come creiamo uno spazio e le condizioni per gli adulti in modo che essi possano riscoprire e recuperare questa abilità con un senso di agio e leggerezza? Quali sono i mattoni di costruzione necessari in questo processo da adulti?

Avremo molto di cui fare esperienza, apprendere e dialogare insieme.

Beatriz e Olena hanno lavorato insieme in Training e in Post Training per più di 20 anni. Condividono un modo di lavorare che mette a fuoco la consapevolezza, la comprensione del movimento e della sua precisione, per indagare gli aspetti più profondi di dove questo lavoro può condurci come esseri umani. È un piacere per loro mettere insieme le loro competenze a beneficio degli insegnanti.

BEATRIZ ha studiato con Moshe diplomandosi nel corso di Amherst nel 1983. È trainer dal 1993; è Direttrice Educativa di corsi di formazione in Germania e Spagna e lo è stata di training in Argentina e in Scandinavia.

Vive in Germania e lavora a livello internazionale nei training e in corsi avanzati per insegnanti.

OLENA si è diplomata nel 1987 e ha lavorato nei training come Assistant Trainer fin dal 1995. Ha introdotto dei modi innovativi di insegnare ANATOMIA nei training ed ha insegnato negli ultimi 20 anni seminari avanzati per insegnanti Feldenkrais in Europa. Vive e lavora in Canada.

Per conoscere maggiormente gli insegnanti si può visitare i loro siti web:

www.feldenkraistraining-beatrizwalterspiel.de

www.feldenkrais-method.ca

A CHI SI RIVOLGE: Il Corso è rivolto a tutti gli Insegnanti Feldenkrais®.

DATA: Mer. 10 - Dom. 14 Ottobre 2018.

LOCALITÀ: Il corso si svolgerà a FIRENZE, nell'ex Teatro di Settignano, un bellissimo borgo su una delle colline che circondano la città.

LINGUA: Il corso sarà tenuto in Inglese con traduzione in Italiano.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: € 530 (€ 490 per iscrizione entro il 30 Luglio).

MATERIALI: I partecipanti sono tenuti a portare il tavolo di lavoro accordandosi tra loro.

Chi fosse assolutamente impossibilitato a portarlo e/o ad accordarsi con altri ci scriva via email.

ORARIO. Inizio del primo giorno **ore 10** - conclusione del seminario ore 15.

L'orario giornaliero sarà comunicato successivamente.

Per ISCRIVERSI versare un acconto di € 350 a:

Ass. CSB, Via San Romano 13, Firenze

BANCA PROSSIMA, Filiale di Milano n° 05000

IBAN: IT57 X033 5901 6001 0000 0101 676

BIC: BCITITMX

Specificare la Causale: Partecipazione **Post Training 2018** con Beatriz ed Olena.

N. B. Comunicare se il versamento viene effettuato da un Conto di cui NON si è INTESTATARI.

PER MAGGIORI INFORMAZIONI, PRENOTAZIONI ed ISCRIZIONE contattare:

Robert Bozarth

Cell. 339 89 98 745 robertbozarth@gmail.com

Francesco Ambrosio

Tel: 055 470 625

Cell. 335 82 50 624 francescoambrosio1@gmail.com

MODULO DI ISCRIZIONE

Desidero iscrivermi al Post Training: **"SALTARE DA ADULTI"**
con B. WALTERSPIEL e O. NITEFOR, Firenze, Mer. 10 - Dom. 14 Ottobre 2018.

Cognome e Nome

Indirizzo

Città

CAP

Cod. Fisc.

Tel/Fax

Cell.

E-mail

Diploma conseguito il

nel corso di

Firma

Data