

# Metodo Feldenkrais® e Fenomenologia

## Workshop per musicisti



La domanda d'iscrizione, compilata secondo il modello allegato, dovrà essere inviata entro il 15 giugno 2019 all'Associazione musicale Harmonia, via posta, via e-mail o direttamente presso la segreteria della scuola in Via Cupetta n.20 a Senigallia. Unitamente alla ricevuta del versamento della quota d'iscrizione sul c.c. bancario intestato a Associazione Musicale Harmonia, IBAN IT 03 D 08704 21300 000020115460. È altresì possibile effettuare iscrizione e versamento direttamente presso la Segreteria della Scuola di Musica Bettino Padovano nel seguente orario settimanale (Lun. - Ven. 16.30-19.00)



## CONTATTI

Scuola di Musica Bettino Padovano  
Via Cupetta 20, Senigallia, Ancona  
[info@scuolamusicapadovano.it](mailto:info@scuolamusicapadovano.it)  
(+39) 071 79 27 907



# DOCENTI

---

Christa Bützberger  
fenomenologia  
pianoforte



Antonia Sfrangeu  
Metodo Feldenkrais®  
pianoforte



Sara Gianfriddo  
violino, viola



Héloïse Piolat  
violoncello



---

Qualche parola sul Metodo Feldenkrais®

Il Metodo Feldenkrais® , attraverso un sistematico lavoro di unificazione fra attività motoria e pensiero, favorisce una costante evoluzione rendendo l'essere umano indipendente e capace di attingere in modo più spontaneo e immediato al proprio potenziale; offre una fonte ricchissima di mezzi utili a sviluppare metodo, disciplina interiore e nuove tecniche di apprendimento. Portandolo in contatto con se stesso, aiuta l'individuo a maturare e a evolversi regalandogli la cosa più bella: il sé potente ed integro. Quello che si apprenderà durante le lezioni Feldenkrais potrà dunque irrorare positivamente qualsiasi altro ambito o attività intrapresa. Durante gli appuntamenti il gruppo viene guidato dall'insegnante attraverso varie lezioni di Consapevolezza attraverso il movimento® così come create genialmente da Moshé Feldenkrais. Feldenkrais applicato alla musica Entrare in contatto con i capolavori musicali chiede massima attenzione e presenza da parte del musicista. L'assimilazione di un brano richiede ore di studio approfondito durante le quali passaggi difficili vengono ripetuti innumerevoli volte; questo spesso si accompagna a tensioni fisiche, emotive e mentali che possono essere d'intralcio impedendo un accesso più immediato ed organico ai contenuti musicali e rendendo il percorso più faticoso di quanto dovrebbe essere. Il Metodo Feldenkrais®, portando a una maggiore unità fra corpo e mente, aiuta ad acquistare naturalezza e consapevolezza corporea; in questo modo l'approccio alla musica diventa più semplice, spontaneo, creativo e divertente.

Il Metodo Feldenkrais® nella nostra didattica  
Nei corsi superiori di ARS ET LABOR il Metodo Feldenkrais® viene integrato da anni e ormai applicato anche nei corsi base della Bottega di ARS ET LABOR. Individuando per gli studenti "esercizi" mirati utili a sviluppare una maggiore consapevolezza intorno all'unità funzionale di tutti i processi che portano alla riduzione musicale si sostituisce l'atteggiamento indirizzato verso una meccanizzazione dei processi motori (tecnica) che conducono inevitabilmente anche alla meccanizzazione della reazione musicale, con un perenne processo di apprendimento il quale a sua volta porta ad un'aumentata capacità di apprendere. Partendo dall'impatto con la forza della gravità, l'intero apparato motorio è reso consapevole in funzione dei compiti da assolvere, dalla produzione del singolo suono allo sviluppo del più alto virtuosismo. Lo studio della musica si trasforma così in un processo di sviluppo di qualità inerenti all'essere umano: coordinazione motoria, coordinazione tra corpo, mente ed emozione, memoria, sensibilità, strutture interiori e stabilità emotiva.

Il costo di partecipazione per l'intero workshop è di €50 per gli iscritti all'Associazione Harmonia e di 70€ per gli esterni.

I partecipanti sono pregati di indossare abbigliamento comodo (tuta) e di portare una coperta oppure un tappetino

---