



Università Popolare F. Petrarca

## Portamento ed eleganza

*Docente:* Caterina Santinello

*Orario:* giovedì 20.00-22.00

*Inizio:* 10 gennaio 2019

*Durata:* 2 incontri - 4 ore

### PROGRAMMA DEL CORSO:

Che cosa ti dice l'immagine che vedi allo specchio? Il tuo corpo e i tuoi gesti parlano di te: vuoi provare ad ascoltarli?

Un laboratorio in cui il linguaggio del corpo e l'espressività individuale sono protagonisti. Due incontri per valorizzarti, migliorare il tuo portamento, individuare i tuoi punti di forza, fare emergere la tua personalità e la tua bellezza. Confrontarsi con la propria immagine aiuta ad acquisire disinvoltura nella vita di tutti i giorni e nel rapporto con gli altri; esercitarsi a posare davanti a un obiettivo sarà un gioco divertente per "allenare" lo sguardo e l'espressione.

### PROGRAMMA

Valorizzare la figura. Una postura corretta favorisce il tuo benessere e trasmette sicurezza. Pratteremo insieme esercizi di stretching e mobilitazione muscolare, finalizzati al rilassamento, alla percezione di blocchi e difficoltà di movimento, alla consapevolezza del corpo e delle sue possibilità.

Sfilare: i segreti dell'incedere elegante. Ritmare il movimento camminando su diverse musiche, a piedi scalzi, con tacco e con diversi stili di camminata.

L'indossatrice che è in te: interpretare l'abito e l'accessorio, valorizzare il capo e la persona che lo indossa. Quali sono i tuoi punti di forza? Individua i fattori che ti valorizzano, minimizza i tuoi difetti e trasformati in caratteristiche di unicità

La modella che è in te: esecuzione e tenuta della posa fotografica. Fai parlare il tuo sguardo!

Esercitazione conclusiva: sfilata collettiva fashion-elegante e foto di gruppo finale.

Si lavorerà con abbigliamento comodo e calzini nella prima parte del corso, per poi indossare scarpe con tacco e un abito elegante per gli esercizi di camminata e sfilata. Il lavoro proposto è rivolto principalmente alle donne, ma non esiste alcuna controindicazione alla partecipazione di uomini che desiderino sperimentare e mettersi in gioco!

Conduce gli incontri Caterina Santinello.

Padovana, laureata in lingue, danzatrice di formazione classica, intraprende dal 1982 un articolato cammino nel mondo della danza e dello spettacolo come danzatrice, studiosa e fotografa.

Nel 1994 inizia lo studio del tango argentino. La sua ricerca è volta a coniugare lo spirito di questo ballo con il linguaggio della danza contemporanea e con altre forme espressive come la fotografia, la grafica e le arti visive, stringendo collaborazioni e consulenze con varie realtà nel campo dell'arte e dello spettacolo.

Nel 1999 è co-fondatrice dell'associazione Tangostudio, gruppo di lavoro sul tango e sulla cultura argentina. Sviluppa l'attività didattica in tre direzioni:

- l'aspetto formativo costituito da corsi di ballo da laboratori di sperimentazione su tango e danza contemporanea;
- l'aspetto coreutico, che si concretizza nella creazione di un gruppo danza-teatro con cui realizza spettacoli ed eventi;
- il coaching per la valorizzazione della persona, con incontri di tecnica femminile nel ballo, presenza scenica, portamento e stile, crescita personale attraverso il movimento creativo.

Si consolida così la sua ricerca di sinergie tra il tango e le varie esperienze di danza e movimento che hanno segnato il suo percorso artistico.

Come fotografa:

- collabora con immagini e testi a varie riviste per pubblicazioni sulla danza e sul tango;
- conduce workshop e conferenze itineranti sulla fotografia della danza a Padova, Vicenza, Catania;
- si occupa di pianificazione di eventi per enti promotori della cultura e dello spettacolo nel Veneto, curando ogni aspetto della rappresentazione, incluso costumistica, scenografia, promozione sui media;
- nel 2012 è co-fondatrice di 'Utopya Fotografia', rassegna stabile di attività didattiche, espositive e di ricerca sulla fotografia



*Università Popolare F. Petrarca*

**Portamento ed eleganza**

contemporanea, con sede a Padova;

- realizza mostre in varie città italiane. Tra queste, nel settembre 2015 la mostra 'L'abbraccio che danza' nell'ambito del festival europeo Fantadía di Asolo e nel maggio 2018 la mostra 'DD. Due volte danza' presso il centro San Gaetano di Padova nell'ambito della rassegna Prospettiva Danza.