

# PHYSICAL CONTACT

insegnante: STEFANIA BENEDETTI



“Corpi che si sperimentano al suolo e che attraverso le diverse sensazioni di peso, forma e movimento creano nuovi linguaggi. Una nuova consapevolezza del proprio corpo nello spazio e nel contatto con le altre persone. Corpi che si fondono nei movimenti ricercando nuove forme d’espressione”

## PHYSICAL CONTACT

Il corso analizza il corpo come strumento e veicolo di comunicazione. Lo sperimenta al suolo e attraverso le diverse sensazioni di peso, forma e movimento creando nuovi linguaggi. La consapevolezza del proprio essere e del proprio corpo nello spazio e nel tempo. Il contatto fisico come detonatore di emozioni e sensazioni. L’eliminazione della “dimensione nascosta”, della distanza personale, della distanza critica che porta l’uomo allo scontro con l’altro. Scoprire il significato delle nostre azioni vuol dire scoprire che noi stiamo comunicando qualcosa agli altri anche quando non parliamo, non scriviamo, e non crediamo di “dire”. Siamo inseriti come entità fisiche in uno spazio che ci circonda, ci separa e ci unisce. L’eliminazione di alcune di queste barriere ci può portare a sentir-

per informazioni:  
[stefania.danza@gmail.com](mailto:stefania.danza@gmail.com)  
mob: +39 335 6480017



Descrizione di una lezione di Physical Contact:  
esplorazione e percezione delle superfici corporee attraverso le quali possiamo realizzare il contatto fisico con un altro corpo; studio dei piani e dei livelli di movimento in relazione al contatto; studio delle singole parti del corpo e il loro modo di relazionarsi durante il contatto; studio del peso specifico del corpo e della sua trasmissione durante il contatto: imparare a dare e a ricevere il peso. Studio e sperimentazione dei ruoli: attivo, passivo, di scambio; studio delle superfici articolari che fungono da base per la realizzazione dei lifts; improvvisazione e composizione strutturata sui temi di movimento.

Stefania Benedetti, coreografa e danzatrice diplomata in Buhnentanz alla Folkwang-Hochschule di Essen Werden in Germania con i seguenti docenti e coreografi di fama internazionale: Pina Bausch, Jean Cebron, Bojan Jotow, A.Alarcon e Malou Airaud. Lavora come danzatrice con molte compagnie di danza contemporanea italiane ed europee e in diversi teatri tra i quali il “Teatro alla Scala” di Milano e il “Teatro La Fenice” di Venezia. Dal 1990 insegna “danza contemporanea” e “physical contact”.