



teatri  
**Hangar**

**corsi 2022 - 2023**

## I corsi di Hangar Teatri

**I nostri corsi di teatro per bambini e ragazzi:**

- **corsi di teatro per bambini**  
(3 - 5 anni e 6 - 10 anni)
- **corsi di teatro per ragazzi**  
(11 - 14 anni e 15 - 18 anni)
- **corsi di teatro**  
per studenti universitari UniTs

**I nostri corsi per adulti**

- **corso di teatro di I livello**
- **corso di teatro di II livello**
- **laboratori avanzati**
- **corso di voce**
- **corso di lettura espressiva**
- **corso di public speaking**

**I nostri corsi di yoga e astrologia**

- **yoga**
- **astrologia esperienziale**

**CORSI**  
PER BAMBINI, RAGAZZI,  
STUDENTI UNIVERSITARI



## C'ERA UNA VOLTA...

**età**

**3 - 5 anni**

**quando**

**martedì**

**16:30 – 17:30**

**insegnante**

**Tommaso Zanella**

**mercoledì**

**16:30 – 17:30**

**insegnante**

**Ilaria Santostefano**

**Inizio del corso**

**martedì 13 settembre**

Un corso ideato appositamente per far avvicinare i bambini al mondo del teatro. I colori saranno il tema centrale attorno al quale si svilupperanno i giochi teatrali proposti, con l'obiettivo di potenziare nei bimbi la capacità di comunicazione delle proprie emozioni, della percezione del proprio corpo e dell'immaginazione. L'obiettivo è quello di far sì che il gioco del teatro divenga uno strumento a disposizione del bambino per renderlo sempre più consapevole dei meccanismi sociali, relazionali ed emotivi del mondo che lo circonda. Nell'ultima parte del corso, in base al gruppo che si sarà formato, l'insegnante deciderà se allestire un piccolo saggio o proporre una lezione aperta come restituzione del percorso annuale.



# **FACCIAMO FINTA CHE...!**

**età**

**6 - 10 anni**

**quando**

**martedì**

**16:30 – 18:00**

**insegnante**

**Gaia Mencagli**

Crediamo che il teatro sviluppi nei bambini molte capacità, tra cui: stare in gruppo, seguire le regole del gioco, ascoltare ed essere ascoltati, rispettarsi reciprocamente, imparare a muoversi in uno spazio scenico definito e fidarsi l'uno dell'altro. Il teatro alimenta fantasia e immaginazione, favorendo la libera espressione del bambino senza vincoli e barriere. Favorisce la crescita interiore, il rapporto con le proprie emozioni e la possibilità di scoprire mondi diversi dai propri. Il tutto ovviamente nel massimo del divertimento.

**Inizio del corso**

**lunedì 12 settembre**



# TEEN TEEN TEATRO

**età**

**11 - 14 anni**

**quando**

**giovedì**

**16:30 - 18:30**

**insegnante**

**Sergio Pancaldi**

**Inizio del corso**

**giovedì 15 settembre**

“Nel cassetto i sogni fanno la muffa.”

Energia, immaginazione, sogni. I ragazzi sono in costante “lotta” con sé stessi, in continuo sviluppo, alla ricerca di un loro posto nel mondo e attraverso gli strumenti del teatro avranno modo di esplorare se stessi e di condividere con gli altri la propria intelligenza, sensibilità e creatività. Il teatro non è solo uno svago, ma anche un luogo di aggregazione, di formazione e di educazione all’arte, alla cultura, alla vita. Il corso si pone come obiettivo quello di fornire delle buone e solide basi teatrali, dando ampio spazio alla creazione comune della sceneggiatura del saggio finale.



# TEATRO RAGAZZI

**età**

**15 - 18 anni**

**quando**

**mercoledì**

**16:30 - 18:30**

**insegnante**

**Gaia Mencagli**

Questo percorso vuole essere uno spazio per creare personaggi stravaganti o normalissimi nati dall'immaginazione dei partecipanti, e allo stesso tempo coltivare aspetti essenziali del teatro quali lo spirito di gruppo, l'ascolto, la presenza, e soprattutto la voglia di giocare.

La prima metà del corso sarà rivolta all'esplorazione di diversi metodi teatrali, alla consapevolezza del proprio strumento (corpo-voce), e alla formazione di un gruppo. La seconda metà si focalizzerà maggiormente sulla creazione di uno spettacolo nato dall'immaginazione collettiva! Un'occasione per dare spazio alla propria espressività, e per partecipare alla magia che nasce quando una serie d'individui diventa tutt'uno.

**Inizio del corso**

**mercoledì 14 settembre**



## TEATRO DI I E II LIVELLO

**età**  
**studenti universitari**  
**quando**  
**martedì e giovedì**  
**20:00 - 22:00**  
**dove**  
**sede centrale UniTs**

I corsi, organizzati in collaborazione con il CUT - Centro Universitario Teatrale di Trieste, si baseranno sui concetti di scoperta e desiderio. Scoperta di un mondo nuovo; attraverso gli esercizi cercheremo prima di osservare e poi di conoscere i principi della recitazione. Capiremo cosa sono spazio e tempo, giocheremo con la voce, con il respiro, scoprendo così il suono, ritroveremo l'importanza delle pause e cercheremo di ascoltare come non abbiamo mai ascoltato, prepareremo il corpo a rendersi disponibile al gioco teatrale. Desiderio perché la forza del teatro risiede nella voglia di comunicare qualcosa, trovare questo qualcosa sarà la nostra ricerca per i prossimi mesi insieme.

**Inizio dei corsi martedì 4 ottobre**



# CORSI

PER ADULTI



# **BUIO IN SALA**

**livello  
principiante  
quando  
mercoledì  
19:00 - 22:00  
insegnante  
Sergio Pancaldi**

**Inizio del corso  
mercoledì 28 settembre**

Il programma intende abbracciare in forma basica e giocosa gli ambiti del lavoro teatrale. Assieme, in un viaggio dove alcune tappe sono programmate ed altre completamente libere, affronteremo ognuno di questi campi di conoscenza al fine di generare ciò che di vivo nasce da un attore: un personaggio. Il fine è quello di fornire una panoramica più vasta e completa possibile dell'arte attoriale, là dove i suoi principi basilari sono universalmente o quasi condivisi. Oltre a fornire una struttura attoriale di base e propedeutica per un vero e proprio corso, gli incontri andranno gentilmente a illuminare le zone d'ombra e di confine che albergano in ognuno di noi per fare emergere le maschere, comiche o drammatiche che siano.



# L'ATTORE FISICO SENSORIALE

**livello**

**intermedio**

**quando**

**martedì**

**19:00 - 22:00**

**insegnante**

**Marina Calcagno**

**Inizio del corso**

**martedì 27 settembre**

Nell'ultima parte della sua ricerca artistica Stanislavskij scoprì che le battute di un testo teatrale nascono da una logica fisica sensoriale che nasce a sua volta dalle circostanze e dall'ambiente. Creare è al 90% ascoltare: ascoltare uno spazio, un testo, una battuta, un gesto, l'altro...

Utilizzeremo come mediatori la musica, vari esercizi, improvvisazioni individuali e di gruppo che ci permetteranno di entrare in un cerchio creativo di attenzione comune. Esploreremo vari tipi di testo e diversi stili teatrali. Parole d'ordine: divertirsi e avere il piacere di essere protagonisti sulla scena.



# TEATRO LABORATORIO UN PERCORSO SULLA CREATIVITÀ

con  
**Tullia Alborghetti**  
quando  
mercoledì  
19:00 – 22:00

Si gioca il teatro insegnando alcune basi e principi della professione dell'attore per scoprire insieme non solo la gioia della libertà espressiva ma anche la bellezza che si svela attraverso le tecniche di voce e recitazione. Gli autori - poeti e drammaturghi - sono paragonabili ai compositori: Mozart non è Bach come Cechov non è Gogol e Leopardi non è Foscolo. Un viaggio da fare assieme alla scoperta di queste "musiche" così diverse non perdendo però di vista uno dei più importanti obiettivi: il divertimento.

Inizio dei corso  
mercoledì 28 settembre



danza teatro musica |

9



# TEATRO LABORATORIO DIECIMILA LEGHE SOTTO IL MARE

con  
**Valentina Milan**  
quando  
giovedì  
19:00 – 22:00

Inizio dei corso  
giovedì 29 settembre

Il laboratorio mescolerà esercizi di ricerca attoriale e lavoro sul testo. Nella fase iniziale, gli esercizi saranno dedicati alla ricerca delle condizioni necessarie al lavoro: energia, rilassatezza, concentrazione (e divertimento). Entreremo in relazione con spazio e tempo, voce e suono, respiri e pause, renderemo il corpo disponibile al gioco teatrale, esploreremo il metodo delle azioni. Attraverso un lavoro mirato all'aumento della consapevolezza di sé e degli altri, costruiremo l'atmosfera dello spettacolo e faremo gradualmente conoscenza con le parole del testo.



# LA VOCE NEL TEATRO

**livello**

**aperto a tutti**

**quando**

**lunedì**

**19:00 - 20:00**

**sabato**

**11:00 - 12:30**

**insegnante**

**Tullia Alborghetti**

**Inizio del corso**

**lunedì 26 settembre**

L'obiettivo del corso è migliorare l'uso dello strumento vocale e le tecniche di espressione. La voce è intesa come energia e suono, il testo come spartito musicale, la musica come tempo e spazio.

Si sperimenta la potenza del suono e del respiro, l'azione delle vocali e delle consonanti nello spazio, si sviluppa la coscienza delle vibrazioni interne ed esterne immaginando il corpo come un unico risuonatore, potenziando la carica energetica e la coscienza del suo flusso interiore.

Migliorare la capacità comunicativa, sviluppare l'intensità della voce, la sua tenuta e la capacità di articolazione, imparare la tecnica del racconto e dell'interpretazione. Conoscere la forza del respiro e la potenza del suono. Il tutto attraverso i segreti del gioco teatrale.





# LETTURA ESPRESSIVA IN MOVIMENTO

**livello**

**aperto a tutti**

**quando**

**mercoledì**

**11:00 - 12:30 con**

**Tullia Alborghetti**

**giovedì**

**20:00 - 22:00 con**

**Mauro Serio**

**Inizio del corso**

**mercoledì 28 settembre**

Il corso si propone di fornire ai partecipanti gli strumenti base per migliorare la propria capacità di lettura, ma anche per imparare a stare sulla scena, a muoversi e a giocare con fiducia e disinvoltura. A partire dagli aforismi di Oscar Wilde per arrivare a testi del cinema contemporaneo, ai gialli e ai grandi classici della letteratura e del teatro, passando attraverso esercizi di movimento e di recitazione di base, impareremo a esprimerci attraverso le parole. Lettura sì, ma in movimento e con divertimento.





# PUBLIC SPEAKING

**livello**

**aperto a tutti**

**quando**

**lunedì**

**20:00 - 22:00**

**insegnante**

**Tullia Alborghetti**

Impara a parlare in pubblico! Questo corso fornisce accorgimenti utili per migliorare l'efficacia della propria comunicazione in pubblico e per trasmettere al meglio le proprie idee e proposte, per coinvolgere gli ascoltatori, per imparare a controllare il respiro e l'emotività, prendendo confidenza con la propria voce attraverso l'uso delle tecniche teatrali.

Attraverso esercizi pratici impariamo a lavorare sul linguaggio del corpo e a usare al meglio la tecnica del racconto.

**Inizio del corso**

**lunedì 26 settembre**

| danza teatro musica |



10'



# YOGA E ASTRO



## HATHA YOGA

**quando**

**martedì e giovedì**

**9:00 - 10:00**

**sabato**

**09:30 – 11:00**

**martedì e giovedì**

**18:45 – 20:00**

**insegnante**

**Francesco Tominich**

**Inizio del corso**

**martedì 27 settembre**

Nelle lezioni serali sviluppiamo il benessere attraverso il grande lavoro dedicato al corpo che diviene la base per un benessere più ampio. Un corso per diminuire le ansie, il malessere e recuperare l'equilibrio fisico, la pace, e la forza interiore.

Nelle lezioni di yoga alla mattina invece Movimento, Armonia e Benessere. Una pratica di Yoga Dolce per la tua schiena, il tuo collo e la tua mente. Non è mai troppo tardi e non si è mai troppo vecchi o troppo sofferenti per iniziare.



## YOGA VINYASA

**quando**

**lunedì - mercoledì**

**18:00 - 19:00**

**mercoledì - venerdì**

**08:00 - 09:00**

**insegnante**

**Celeste Molaro**

**Inizio del corso**

**lunedì 26 settembre**

Lo Yoga Vinyasa è uno stile dinamico in cui ci si muove al ritmo del respiro. I movimenti fluidi ed energetici consentono di acquisire forza, flessibilità e agilità, aiutando a sciogliere le tensioni muscolari che spesso gravano sulla schiena e la cervicale dando sollievo e benessere. Lo Yoga dinamico regala un profondo senso di rilassatezza e calma interiore. Le lezioni del mattino inizieranno lentamente e acquisiranno man mano un ritmo più sostenuto così da risvegliare gradualmente il corpo e la mente. Mentre le lezioni serali cominceranno più dinamiche e finiranno più lente per rilasciare la tensione della giornata e dormire meglio.



## ESSERE DEI IL TEATRO DEL COSMO

**età**

**aperto a tutti**

**quando**

**bimensile**

**martedì**

**20:00-22:00**

**con**

**Sergio Pancaldi**

**Inizio del corso**

**martedì 11 ottobre**

In questi incontri le dinamiche giocose dell'arte teatrale si fondono con la pratica esperienziale delle conoscenze astrologiche e sciamaniche. Si propone ai partecipanti di ri-conoscere e ri-evocare forme di allineamento e struttura. Giochi, movimenti, pratiche sciamaniche e tecniche teatrali sono i componenti di questo percorso accompagnato da testi sacri, animali totemici, dal ritmo arcaico del tamburo e da nuove forme di ricerca musicale.

L'obiettivo è abbandonare blocchi e sovrastrutture per riscoprirsi strumento cosmico in grado di vibrare e modularsi in sintonia con le forme archetipe che sono alla base del tutto.

**segreteria**  
**lunedì-venerdì**  
**9.00 - 13.00**

**telefono**  
**+39 388 39 80 768**

**e-mail**  
**info@hangarteatri.com**

**sede**  
**via L. Pecenco 10,**  
**Trieste**

**sito web**  
**hangarteatri.com**

**facebook**  
**@hangarteatri**

**instagram**  
**hangar.teatri**

**I corsi sono organizzati dal Teatro degli Sterpi.**

**inizia  
un  
nuovo  
anno  
con noi**